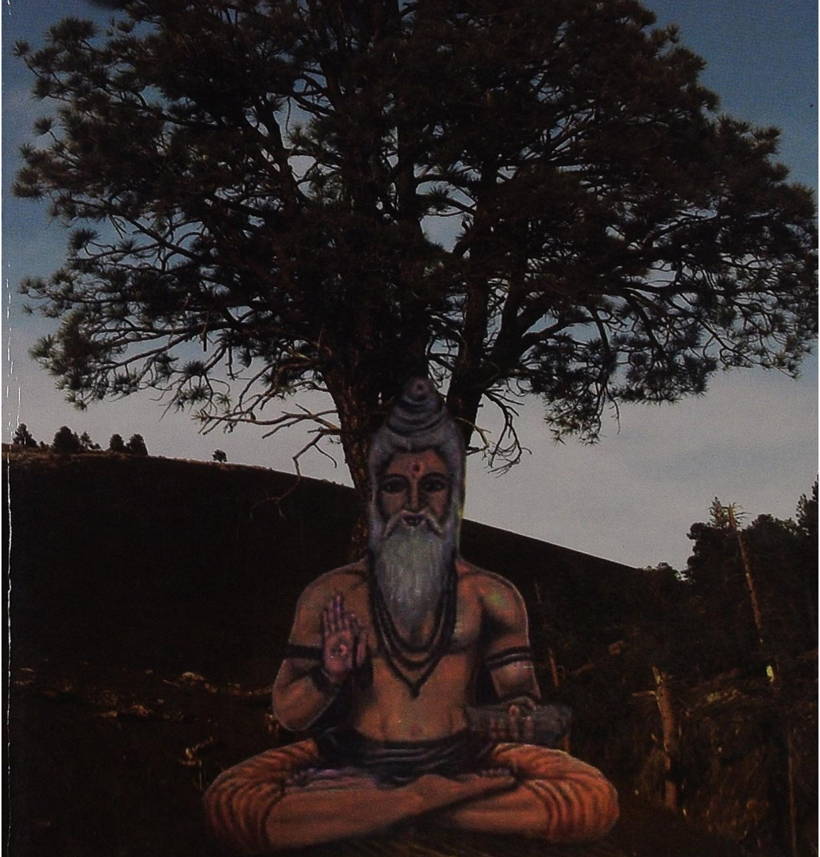
மூலிகை விளக்கம்



இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித்துறை
சென்னை - 600 106.

specimen

தமிழ் மருத்துவ நூல் வரிசை - 14

மூலிகை விளக்கம்

(ஓலைச்சுவடியினின்று பதிப்பிக்கப்பட்ட நூல்)

வெளியீடு :

சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு

இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித் துறை

சென்னை - 600 106

2008

பதிப்புத் தகவல்

நூல் பெயர்	:	மூலிகை விளக்கம் (தமிழ் மருத்துவ நூல் வரிசை - 14) ஓலைச்சுவடித் தொகுப்பு நூல்
பதிப்பு	:	சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித்துறை சென்னை - 106
பதிப்புரிமை	:	தமிழ் நாட்டரசு
பொருள்	:	சித்த மருத்துவம்
பதிப்பாண்டு	:	முதற்பதிப்பு 2008
பக்கங்கள்	:	xxii + 154 = 176
படிகள்	:	1000
தாள் அளவு	:	1 × 8 டெம்மி
அச்சுப் புள்ளி	:	12 புள்ளி
கட்டமைப்பு	:	சாதாரண அட்டைக்கட்டு
விலை	:	**ரூ. 60.00**

அச்சிட்டோர் : யுனைடெட் பைண்ட் கிராபிக்ஸ்
189 (101-D), ராயப்பேட்டை நெடுஞ்சாலை
லஸ், மயிலாப்பூர், சென்னை - 600 004.
✆ : 24661807, 24987562

இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித் துறை,
சென்னை - 600 106.

சித்த மருத்துவ நூல் வெளியீட்டுப் பிரிவு

நூலாக்கப் பணிக்குழு

பதிப்பாசிரியர்
முனைவர் மரு. ஆனைவாரி ஆனந்தன், பிஎச்.டி.
சிறப்பு அலுவலர் (மொழிபெயர்ப்பு)

கூர்ந்தாய்வு மருத்துவ அலுவலர்
மரு. பி.ஆர். சகுந்தலா, எம்.டி. (சி)

உதவி பதிப்பாசியர்கள்
திரு. த. அழகப்பராசு, M.A., M.A., M.L.I.S., M.Phil., B.Ed.
திருமதி. செ.இரா. பிரசன்னா, M.A., M.Phil., B.Ed.,

சுவடி நகலெடுப்போர்
திரு. வெ. சாரங்கபாணி
திருமதி. த. லெட்சுமி
திருமதி. நா. பாக்கியசுந்தரி, B.A.

ஜி.ஏ. ராஜ்குமார், இ.ஆ.ப.,
சிறப்பு ஆணையர்

இந்திய மருத்துவம் மற்றும் ஓமியோபதி
ஆணையரகம், சென்னை - 600 106.

வாழ்த்துரை

ஓலைச் சுவடியிலிருந்து வெளிவரும் இந்நூல் தமிழ் மருத்துவ நூல் வரிசையில் பதினான்காவது நூலாகும். **மூலிகை விளக்கம்** எனும் பெயர் கொண்ட இந்நூல் மூலிகை மற்றும் மருந்து பொருட்களின் குணங்களைச் சொல்கிறது. அவ்வகையில் முன்னூறுக்கும் மேற்பட்ட மூலிகை, சரக்கு களின் குணங்கள் இந்நூலில் சொல்லப்பட்டுள்ளது.

நூல் வெளியீட்டுப் பணியை மேற்கொண்டு வருகின்ற இணை இயக்குநர், தனியலுவலர் (மொழிபெயர்ப்பு) ஆய்வு மருத்துவ அலுவலர், தமிழ்ப்புலவர்கள், சுவடி நகலெடுப்போர் மருத்துவக் குறிப்புகளைச் செம்மை செய்து கொடுத்த மு. கிருஷ்ணவேணி அனைவர்க்கும் எனது வாழ்த்துகளையும் பாராட்டுதல் களையும் தெரிவித்துக் கொள்கிறேன்.

25.03.2008 **ஜி.ஏ. ராஜ்குமார்**

பதிப்புரை

உங்கள் கரங்களில் தவழும் இந்நூல் ஓலைச் சுவடியிலிருந்து பதிப்பிக்கப்பட்ட நூலாகும். இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித் துறை சுவடி நகல் பிரிவிலுள்ள ஓலைச் சுவடி (வரிசை எண். 785) இப்போது நூல் வடிவம் பெற்றுள்ளது. இந்தச் சுவடியின் ஆசிரியர் பெயர் அறிய இயலவில்லை. அவர் நூலிற்குச் சூட்டிய பெயர் மூலிகை குணபாடம் என்பது.

சுவடியில் இந்நூலின் பெயர் மூலிகை குணபாடம் என்றிருந்தாலும் மருத்துவ மூலிகைகள் மட்டுமன்றி மருத்துவத் திற்குப் பயன்படும் மற்ற சரக்கு வகைகளும், காரசாரம், உப்பு வகைகள், நீர், பால், தயிர், இறைச்சி வகைகளும் இந்நூலில் இடம் பெற்றுள்ளன.

நமது இயக்ககம் மூலிகை குணபாடம் என்ற பெயரில் ஒரு நூலை வெளியிட்டு விற்பனை செய்து வருகிறது. எனவே தான் மூலிகை குணபாடம் எனப் பெயரிடாது மூலிகை விளக்கம் எனப் பெயரிட்டோம். 300-க்கும் மேற்பட்ட மூலிகை மற்றும் மருத்துவப் பயன்பாட்டுப் பொருட்களின் விளக்கம் இந்நூலில் இடம் பெற்றுள்ளது.

ஆசிரியர் தாம் எடுத்துக்கொண்ட ஒரு பொருளின் தன்மையையும், குணங்களையும் சொல்லி அதனால் உண்டாகும் நோய்கள் - அல்லது அதனால் தீரும் நோய்கள் ஆகியவை களையும் இந்நூலில் குறிப்பிட்டுள்ளார்.

சொல்லாட்சி

சில இடங்களில் சொல்லாட்சிகள் முழுமையாக விளக்க முடியா வண்ணம் அமைந்துவிட்டன. வறட்சியம் என்ற சொல்லாட்சியை இவர் சில இடங்களில் கையாள்கிறார். அந்த சொல்லாட்சி இடம்பெற்றுள்ள பாடல்களைக் காணும்போது வறட்சியம் என்பது உண்ணத் தகாதோர் என்ற பொருளில் ஆளப்பட்டுள்ளது. அச்சொல் வறச்சியம்,

வச்சியம், வறட்சியம் என மூன்று விதமாகக் கையாளப் பட்டுள்ளது. வறட்சியம் என்பதற்கு உண்ணத் தகாதோர் என்ற பொருள் பொருத்தமுடையதாகத் தோன்றவில்லை என்றாலும், அப்பொருளிலேயே ஓலைச்சுவடியில் கையாளப் பட்டுள்ளதால் நாமும் அவ்வாறே பொருள் சொல்லி அமைதி பெறுகிறோம்.

மற்றொரு சொல்லாட்சி குருத்துவமுடையது என்பது. இச்சொல்லாட்சியும் பலவிடங்களில் பயின்று வருகிறது. வாதத்தை குருத்துவம் என்று சொல்வதாகத் தெரிகிறது. நாமும் அவ்வாறே பொருள் கொண்டுள்ளோம். இன்னும் சில சொற்கள் - சான்றாகக் கிறீட்டிமத்தில், நாவுக்குரிசை, சைவலம், வேலியணைந்தான் போன்ற சொற்கள் முழுமையாக விளங்கவில்லை. எனினும் இடத்திற்கேற்ப பொருள் தர முயன்றுள்ளோம். மலைதாங்கியை கெர்ப்ப விரோதி என்று சொல்கிறார் ஆசிரியர். மலைதாங்கிக்கு இக்குணம் இருப்பதாகத் தெரியவில்லை. அதற்கு ஆதாரமாகவோ, எதிராகவோ வேறு சான்றுகளைத் திரட்ட இயவில்லை.

பாடல்கள்

ஓலைச்சுவடியில் கிடைத்த எல்லாப் பாடல்களும் இப்பதிப்பில் இடம் பெறவில்லை. சில பகுதிகள் நீக்கப் பட்டுள்ளன. கடுக்காயைப் பற்றி 17 பாடல்கள் காணப்படு கின்றன. வந்த பாடல்களே திரும்பத் திரும்ப வருவதாலும், முன்னரே வேறு நூல்களில் வெளி வந்த பாடல்களாக அப்பாடல்கள் காணப்படுவதாலும் அவற்றையும் நீக்கினோம். இவை தவிர 16 பாடல்கள் சரக்குகளின் சுத்தி செய்முறை களைப் பற்றிச் சொல்வனவாகக் காணப்படுகின்றன. அப்பாடல்களும் நமது இயக்கக வெளியீடான சரக்கு சுத்தி செய்முறைகள் (தமிழ் மருத்துவ நூல்வரிசை எண்-8)இல் பெரும்பாலும் வெளியான கருத்துகளாகக் காணப்பட்டதால் அவையும் இப்பதிப்பில் இடம் பெறவில்லை. பொருள் நிலையில் திரும்பத் திரும்ப வந்தவைகளும், முழுமை பெறாத பாடல்களும் நீக்கப் பட்டுள்ளன.

பல பாடல்களில் சீர், அசை, அமைப்பு முறையாக இல்லை. மருத்துவப் பாடல்கள் என்பதால் அவை அவ்வாறே பதிப்பிக்கப்பட்டுள்ளன. ஓலைச்சுவடிகளிலிருந்த பாடல்களை உரைகளுடன் பதிப்பித்துள்ளோம். அவ்வாறு உரையமைக்கும் போது ஏற்பட்ட ஐயங்கள் முடிந்தவரை தீர்க்கப்பட்டுள்ளன. பொருள் விளங்காத சில பாடல்களையும் பொருள் முழுமை மற்றும் தொடர்ச்சி கருதிப் பதிப்பித்துள்ளோம்.

இந்நூலாசிரியர் ரூட்சை, சயித்தியம், குருத்துவம், வறட்சியம், துத்தந்துருசு போன்ற சொற்களைப் பலமுறை பயன்படுத்துகிறார்.

சுவடிப் பதிப்பு எழுதுதல்

அந்தந்தக்கால எழுத்துமுறைகளில் வடிக்கப்பட்ட ஓலைச் சுவடிகளிலிருந்து அவைகளைப் படியெடுப்பது முதல் பணி. படியெடுத்த பாடல்கள் முழுமையும் சரியாக எழுதப்பட்டு விட்டன எனக் கருத இயலாது. பச்சை நாம பொடி என்பது பச்சை நாமப் பொடியாகவும் கருதலாம். பச்சை நரம்போடி என்றும் எண்ணலாம். வேறொரு சுவடியில் 'காதலததான' என்பதைக் காதலத்தான் என்று எண்ணி எழுதிய பின்னர் அது கரங்களை உடையவனே எனும் பொருளில் கரதலத்தான் என்று முறையாக மாற்றியமைக்கப்பட்டது.

எழுத்து முறைகளும் ஒரே முறையில் எல்லாச் சுவடி களிலும் எழுதப்படுவதில்லை. தற்காலத்திலும் நாம் எழுதும் முறையில் கூட ஒவ்வொருவரும் தனித்தனி வடிவமைப்பிலான *(Style)* எழுத்து முறையைக் கையாளுகிறோம். அவ்வாறு எழுதப்படும்போது அந்த ஓலைச்சுவடியை எழுதியவரின் முழுமையான எழுத்து முறைகளை அறிந்துகொள்வது கடினம்.

ஒப்பிடுதல்

எனவே எழுத்து முறையும் எழுதும் முறையும் மாறுபடு வதால் ஒருவர் எழுதுவதை அவ்வண்ணமே முழுமையானதாக ஏற்றுக்கொள்ளவியலாது. எனவே ஒருவர் எழுதியதை

மற்றொருவரைக் கொண்டு படிக்கச் சொல்லி சுவடியையும் சுவடி நகலையும் ஒப்பிட்டுத் திருத்தம் செய்ய வேண்டியுள்ளது. அவ்வாறு ஒப்பிடும்போது சொற்களிலோ, பாடல் வரிகளிலோ பொருள் புரிவதில் தடையேற்படும். அவ்வாறு தடையேற் படும்போது - சொற்களில் சீர், அசை, தளை, அடி, தொடை ஆகிய அமைப்புகளை வைத்துப் பெரும்பாலும் சீர்செய்யப்பட வேண்டியுள்ளது. எனவேதான் சில பாடல்களின் மருத்துவச் சொற்களின் சீர்கள் அவைகளின் அமைப்பைக் கருத்தில் கொண்டு நீட்டியும், குறுக்கியும் எழுதப்பட்டிருக்கின்றன.

திரும்ப எழுதுதல், உரை எழுதுதல்

ஒப்பிட்ட பின்னர் சீரசை அமைப்போடு பாடல்கள் மீள்படி எடுக்கப்பட வேண்டும். அல்லது சீரசை அமைப்புகள் மாறாமல் தட்டச்சு செய்யப்பட வேண்டும். முழுமை பெற்ற இப்பாடல் களுக்கு உரை எழுத வேண்டிய பணி அடுத்த முக்கியப் பணியாகும். உரை எழுதுவதும் எளிதான காரியமன்று. உரை எழுதும் பொருட்டு சொற்களுக்குப் பொருள் காணும் போது ஒரு சொல்லுக்குப் பல பொருள்கள் இருக்கும்போது அப்பாடலில் அவ்விடத்தில் உள்ள சொல்லுக்குப் பொருத்தமான பொருளைத் தேர்ந்தெடுப்பதில் அறிவு மயக்கம் ஏற்பட்டு கடைசியாக ஒரு நிலையில் முடிவிற்கு வந்து எழுத வேண்டி யுள்ளது. வஷ்து, உஷ்ண என்பன வஷ்த்து, உஷ்ட்டிண என்று பல இடங்களில் பாடல்களில் பயின்று வந்ததால் அவ்வாறே செய்யுளில் அமைக்கப்பட்டுள்ளன.

இவ்வாறு எடுத்தெழுதுதல், ஒப்பிடுதல், மீள்படி எடுத்தல், உரை எழுதுதல், அச்சிட்டு வெளியிடுதல் எனும் பணித் தொடர்ச்சி காரணமாக சில போழ்து அயர்ச்சியும், பொருள் புலப்பாடின்மையும் தவறுகள் நேர்ந்துவிட வழி வகுத்துவிடும். அவ்வாறு ஏதேனும் பிழைகள் ஏற்பட்டிருப்பின் அவற்றைக் காணும் ஆன்றோர் தெரிவிப்பாராயின், நாம் பணிந்தேற்று இனிவரும் பதிப்புகளில் நேர் செய்வோம். ஓலைச்சுவடிகளிலிருந்து அழிந்துவிடாமல் இச்சுவடி அச்சேற்றப் பட்டதில் மனவமைதியும் மனமகிழ்வும் பெறுகிறோம்.

பொருளடக்கம்

மூலிகை விளக்கம்

சீந்தில்

சீந்தி வல்லி சிறுகைப்பாஞ்
தீர்க்கு சயமக் காந்தரதங்
காந்துஞ் சுரங்கள் விக்கல்விஷங்
காமாலை யையு மேகவெட்டை
சாந்த மாகும் வாதரத்த
தோஷந் திரிதோஷ முந்தவிற்கும்
வாய்ந்த பசிதீ வனமாக்கும்
வல்லி யமுத வல்லியிதே! 1

இது சிறுகசப்புச் சுவையுடையது. இது சயம், சுரங்கள், காமாலை, விக்கல், மேகவெட்டை இவற்றைப் போக்கும். விஷத்தை நீக்கும். வாதரத்த தோஷம் நீங்கும். முத்தோடங்களை நீக்கி பசித்தீயைத் தூண்டும்.

தூதுவளை

தூது வளைக்கு நெஞ்சுவலி
யிருமல் சயம்நீர் தோஷம்போ
மேத மிகுந்த குட்டம்போஞ்
சுரம்போந் தினவென் றதுதீரும்
வாதபித்த சேற்றுமமிம்
மூன்றி லுயர்ந்து வரும்பிணிபோங்
காதே அடர்ந்து குமிளமறிந்து
கணையைப் பிணையை வேற்கண்ணாய்! 2

தூதுவளையால் நெஞ்சுவலி, இருமல், சயம், நீர்ப்பிடிப்பு, குட்டம், சுரம், சொறி, உடல்வலி, ஆகியன நீங்கும். வாதபித்த ஐயநோய்கள் நீங்கும். காதில் மெழுகுபோல் சேருகின்ற குரும்பி சேராது என்றவாறு.

கோரைக்கிழங்கு

கோரைக் கிழங்கு சிறுகைப்பாங்
கோதாய் பித்த சுரந்தாகம்
மாறுங் கபமோ டிரத்த
தோஷங் களரந் தோஷமாய்ச்
சேரு மருசி யிவைதீர்க்குஞ்
செங்கோ ரையினென் கிழங்கு கைப்பாஞ்
சாருங் கபவாத முந்தவிற்குஞ்
சரீர காந்தி தடந்திருமே! 3

சிறுகசப்பு சுவையுடையது கோரைக்கிழங்கு. இது பித்த சுரம், சுரத்தால் ஏற்பட்ட தாகம், கபம், இரத்த தோஷம், சுவையின்மை இவற்றைப் போக்கும். கப வாதத்தைத் தவிர்த்து உடல்வெப்பந் தணிக்கும்.

செங்கோரைக்கிழங்கு கைப்புச் சுவை உடையது. கப வாதமும் உடல் வெப்பமும் நீங்கும்.

பெருங்கோரை, பற்பாடகம்

பெருங்கோ ரையி னொண்கிழங்கு
ரத்த பித்தஞ் சுரஞ்சோம
சுரந்தர கதிசாரந் தீர்க்கும்
பற்படாகஞ் சொலிற் சிருதைப்
பருஞ்சி தளமாம் பித்தரத்த
சுரந்தா கத்தோ டையசுரம்
பொருந்தாக கற்றும் ருசிபித்தப்
பிரமை தீரும் பெலங்கொடியே! 4

பெருங்கோரைக்கிழங்கு, இரத்த பித்தம், சுரம், கர்ப்ப வெட்டை, அதிசாரம், கழிச்சல் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

பற்பாடகப் பூண்டு சீதள குணமுடையது. இரத்த பித்தம், சுரம் தீர்க்கும், தாகம் போக்கும். குறிப்பாக ஐய சுரம் போக்கும். அருசி, பித்தபிரமை இவற்றைத் தீர்க்கும்.

வெட்டி வேர்

வெட்டிவேர் சீதளஞ் சிறுகைப்
பாகுந் தாக சுரம்வைக்கு
மட்டில் பித்த சேற்றுமமுங்
கண்ட சேற்றுமமு மாற்றுங்
குட்ட ரோகந் தனைப்போக்குங்
குழியில் மதித்துக் குழைவாய்ந்த
வெட்டாக் கொம்பிற் குதித்தேறி
இறங்கிப் பகட்டு யிணைவிழியாள்! 5

இது குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். சிறு கசப்புச் சுவை யுடையது. தாகசுரம், பித்த சேத்துமம், பிற சேத்துமங்கள், குட்ட நோய் போன்றவற்றைப் போக்கும் குணமுடையது.

விலாமிச்சம் வேர்

(வி)லாமிச் சம்வேர் சிறுகைப்பா
மிணையி லதிசீ தளந்தேகங்
காமர போவே காந்திதருங்
கடுஞ்சுர மும்விக் கலும்தீர்க்கும்
போமென் றோட்டும் பித்த சுரம்
பித்த தோஷந் தனைப்பூம்பைந்
தாம மிலகு தூமநகுங்
கொண்டைக் கெண்டை தடங்கண்ணாய்! 6

சுவையில் சிறுகைப்புச் சுவையுடைய விலாமிச்சம் வேர் சீதள குணமுடையது. இதனால் கடுஞ்சுரமும், விக்கலும் தீரும். பித்த சுரத்தையும், பித்த தோடத்தையும் போக்கும்.

பேய்ப்புடல்

பேய்ப்புடல் கைப்புஷ் ணவஷ்த்துத்
தேக உஷ்ணம் பிரித்தோட்டும்
மேய்ப்பில் லாது வளர்பித்தம்
வாயுக் கபங்க ளிவைதவிர்க்கும்

நீப்ப வரிய தினவடக்கும்
நீங்காத குட்டந் தனைப்போக்குந்
தீப்போற் காயுஞ் சுரந்தாகந்
தீர்க்குங் கார்கோந் தளமயிலே! 7

கைப்புச் சுவையுடைய பேய்ப்புடல் வெப்பத் தன்மை கொண்டது. இது உடல் வெப்பந் தவிர்த்து தாகம், சுரம் போக்கும். பித்தம், வாயு, கபம் போக்கி, தினவடக்கும். குட்டத்தை நீக்கும்.

நிலவேம்பு

நிலவேம் பதுதான் கைப்புவஷ்த்து
நீக்குந் தாகஞ் சுரங்காச
மலகிய பித்த சேற்றுமத்தை
அடக்குஞ் சோகை அதுதீர்க்கும்
பிலனில் கொஞ்சக் குருத்துவமாம்
பெரிதில் கொஞ்சச் சயித்தியமா
மிலவந் தளவ மலறும்போ
லிதழும் நகையும் படைத்தானே! 8

நிலவேம்பு கைப்புச் சுவையுடையது. இது சுரம், காசம், பித்த சேத்துமம், தாகம் இவற்றைப் போக்கும். சோகை நோயைப் போக்கி உடலைப் பலப்படுத்தும். இதனால் சயித்தியம் உண்டாகும்.

நாட்டு வேம்பு

நாட்டு வேம்பு கைப்புவஷ்த்து
பித்தம் நல்கும் விஷந்தீர்க்கும்
வாட்டும் விஷசு ரந்தாகம்
வாதஞ் சேற்றுமம் புண்விரண
மோட்டுங் குஷ்டந் தனைப்போக்கு
முவாந்தி அடக்குந் தினவடக்குங்
காட்டு மிறுக்குங் காயத்தை
இலைதான் மந்தங் கடிந்திடுமே! 9

கைப்புச் சுவையுடைய நாட்டுவேம்பு பித்தத்தை ஏற்படுத்தி விஷத்தைப் போக்கும். விஷ சுரம், தாகம், வாதம், சேற்றுமம், புண், குட்டம், வாந்தி, தினவு, மந்தம் இவற்றைப் போக்கி உடலைப் பலப்படுத்தும்.

பெரிய வேம்பு, கறிவேம்பு

பெரிய வேம்பு கைப்புவஷ்த்து
குட்டஞ் சீதளம் பித்தகப
மரிய விரத்த ரோகமிவை
தீர்க்கும் நீர்ப்பாட் டினையழிக்குங்
கரிய வேம்பு ருசிகரமா
மருசி பித்தங் கபவாதஞ்
செரியா மந்தம் பேதிமந்தாக்
கினியுந் தீர்க்குஞ் சேயிழையே! 10

பெருவேம்பு

கைப்புக் குணமுடையது. இது குட்டம், சீதளம், பித்த கபம், இரத்த ரோகம் (சோகை), கழிச்சல் இவற்றைப் போக்கும்.

நற்சுவை உடைய கறிவேம்பு சுவையின்மை, பித்தம், கபவாதம், செரியா மந்தம், பேதி இவற்றைத் தீர்க்கும்.

மருள்

மருள்கைப் பாகு முஷ்ணவஷ்த்து
வலிய மார்பு வலிதீர்க்குந்
திரள்கொள் கபத்தை வாதத்தைத்
தினவைச் சத்தி தனையடக்கும்
விரல்சேர் குட்ட நோய்போக்கு
மேக சுரத்தைத் தணித்துவிடு
மறலு முகிலுஞ் சைவலமு
மனைய கூந்தல் மடமானே! 11

கைப்புச் சுவையுடைய மருள் வெப்ப குணமுடையது. இது மார்பு வலியை நீக்கும். கபம், வாதம், தினவு, வாந்தி,

இவற்றை அடக்கும். விரல்களைக் குறைக்கின்ற குட்டம், மேக சுரம் இவற்றைத் தணிக்கும்.

மலைதாங்கி, முட்குமிள்

மலைதாங்கி கைப்பதிக உஷ்ண வஷ்த்து
வாதபித்த கபதொந்தம் விஷங்கள் மாற்றும்
நிலைதாங்கு மதிசாரஞ் சுரசி லேற்றுமம்
நீக்குமந்தம் போக்குங்கெற்ப விரோதி யாமால்
கலைதாங்கு முலையாய் முட்குமி ளருசி
கபவாத மதிசாரங் கிராணி தீர்க்குங்
கொலைதாங்கு பாண்டுசுர மலக்கட் டோட்டுங்
குன்மமொடு மேக ரோகம் போக்கும்! 12

அதிகமான கசப்புச் சுவையுடைய மலைதாங்கி வெப்பத் தன்மையும் கொண்டது. வாத, பித்த, கப வேறுபாடுகளினால் அமையும் நோய்களைப் போக்கும். விஷத்தை முறிக்கும். பெருங்கழிச்சல், சுரசிலேத்துமம் மந்தம் தீர்க்கும். கெர்ப்பத்தை அழிக்கும் தன்மையுடையது.

முட்குமிள் சுவையின்மை, கபவாதம், பெருங்கழிச்சல், கிராணி, பாண்டு, சுரம், மலக்கட்டு, குன்மம், மேகநோய் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

வில்வவேர், பிஞ்சு, கனி, பத்திரி

வில்வவேர் சத்திகுன்மம் பித்தம்வாய் விலக்கும்
வாதாதி கந்தீ பனமுண் டாக்கும்
சொல்லும்பிஞ் சுரத்தாதி சாரங் குன்மம்
சூலையிவைப் போக்குந் தீபனமுண் டாக்கு
மல்லதுசற் றேவாதோற் பத்தி பண்ணுந்
தனநிகத் தோஷந்தீர்க்கு மையந் தீர்க்கு
மெல்லிலை சீதளமாகும் கண்ணோய் போக்கும்
விடபுயங் கபடநிதம் மெல்லி நல்லாய்! 13

வில்வவேர், சத்தி குன்மம், பித்தம், வாயு இவற்றைப் போக்கும். வாதத்தை ஏற்படுத்தி பசியுண்டாக்கும். வில்வப் பிஞ்சு சுரம், அதிசாரம், குன்மம், சூலை இவற்றைப் போக்கி தீபனமுண்டாக்கும். வாதத்தை உற்பத்தி செய்து தோடம், ஐயம் இவற்றைப் போக்கும். வில்வ இலை கண்ணோய் போக்கும். சீதளமுண்டாக்கும்.

கண்டங்கத்திரி

கண்டங் கத்திரி அதிகஉஷ்ணஞ்
சுவாச காச கபந்தீர்க்கு
மண்டா தகற்றும் நெஞ்சுவலி
அரோசிசுர தோஷமும் போக்கும்
தண்டி யாமந் தனைவிட்டுந்
தனைத்த வாதந் தனையடிக்குங்
கெண்டை இரண்டு பொருதென்நேர்
கிடந்து மிளிறுந் தடங்கண்ணாய்! 14

இது அதி உஷ்ணம், சுவாச காசம், கபம் இவற்றைத் தீர்க்கும். நெஞ்சுவலியைப் போக்கும். செரியாமை, அரோசிகம், சுரதோடம் இவற்றையும் வாதத்தையும் போக்கும்.

கறிமுள்ளி, வெள்ளை முள்ளி, சிறுநெருஞ்சி

கறிமுள்ளி நெஞ்சுவலி சூலை சத்தி
கபமிளைப்புச் சுரமாகுந் தோஷம் வாத
மறவடிக்கு மடிக்குமந் தாக்கினியை யப்பா
லதிற்பிரிவு வெள்ளைமுள்ளி சிறுகை யப்பா
நெஞ்சுவலியைக் கபமிளைப்பை மூத்திர ரோகத்துடன்
வாதந் தனைமாற்று மொண்கண் மாதே
சிறுநெருஞ்சி நெஞ்சுவலி மேக வாயு
தீர்க்குமூத் திரக்கிரிச்சுந் தீர்க்குந் தானே! 15

கறிமுள்ளியானது நெஞ்சுவலி, சூலை, வாந்தி, கபம், இளைப்பு, சுரதோடம், மந்தாக்கினி இவற்றைப் போக்கும்.

முள்ளியின் பிரிவான வெள்ளை முள்ளி சற்று கைப்புச் சுவை உடையது. நெஞ்சுவலி, கபம், இளைப்பு, சிறுநீர்நோய் இவற்றைப் போக்கும். வாதத்தைக் குறைக்கும்.

சிறுநெருஞ்சியானது நெஞ்சுவலி, மேகவாயு, மூத்திரக் கிரிச்சரம் இவற்றைப் போக்கும்.

நிலக்குமிழ், சணம்பு

நிலக்குமிள் சிறுகைப் பாகு
முஷ்ணமா றாட்ட நீக்கு
மலக்கிய ரெத்த பித்த
முட்சுரந் தாக மாற்றுஞ்
சொலற்கருஞ் சணம்புகைப் பாங்கபம்
பித்தந் துரத்தி யோட்டும்
விலக்கரும் வாய்வு தீர்க்கும்
விமவிஷப் புழுக்கள் போக்கும்! *16*

சிறு கைப்புச் சுவையுடைய நிலக்குமிழ் உஷ்ணம், வியாதிக்குப்பின் வரும் சோர்வு, இரத்த பித்தம், உட்சுரம், தாகம் இவற்றை மாற்றும்.

சணம்பு கைப்புச் சுவையுடையது. கபம், பித்தம் வாயுவை நீக்கும். விஷப்புழுக்களைப் போக்கும்.

வெள்ளை நன்னாரி, கருத்த நன்னாரி

நன்னாரி வாத பித்தமாம் போக்கும்
நண்ணுஞ் சுரந்தனைப் போக்குந் தாகந்தீர்க்கு
முன்னான சீதளத்தை அடிக்கு மொன்றோ
மூன்றுதோ ஷமுந்தீர்க்கு மதிற்க ருத்த
நன்னாரி ரத்தபித்த கபத்தை மாற்றும்
நவில்தாகந் தனைநிறுத்துங் கபவா தம்பின்
வென்னாம லேயடிக்கு மருசி போக்கும்
மிகுந்தசயித் தியமடிக்கு மெழிற்பொற் பாவாய்! *17*

வாத பித்தம் போக்கும். சுரம், தாகம், சீதளம், முத்தோடம் இவற்றைப் போக்கும்.

கருத்த நன்னாரி இரத்தபித்தம், கபம் இவற்றைப் போக்கும். தாகத்தை நீக்கும். கபவாதம், உணவில் சுவையின்மை, சீதளம் போன்றவற்றைப் போக்கும்.

கோவை, தீங் கோவை, அடவிக் கோவை

கோவை கைப்பா மிரத்தபித்தங்
கணம்பாண் டரிக்குந் தீன்
கோவை மதுரமாஞ் சீதளமாங்
கொடிய கபவர்த் தனையாக்குந்
தாவு சுரத்தைப் பயித்தியவாய்வு
வினைய டிக்குந் தடவடவிக்
கோவை வாதமுந் தீர்க்குங்
கொடியுந் துடியு நிகரிடையாய்! 18

கோவை கைப்புச் சுவையுடையது. இரத்த பித்தம், கணம், பாண்டு இவற்றைப் போக்கும். தீங்கோவை இனிப்புச் சுவையுடையது. இது சீதளத்தையும் கபத்தையும் உண்டாக்கும்; சுரம், பித்தவாயு இவற்றைப் போக்கும். அடவிக்கோவை வாதத்தைத் தீர்க்கும்.

கொட்டைக் கரந்தை

கொட்டான் கரந்தை உஷ்ணவஷ்த்துக்
கொடிய சூலை பீலிகைசே
ரொட்டாது தாய நோய்மேவும்
வாயுமூல மோடும் பெரிய
கொட்டான் கரந்தை துவர்க்கைபாங்
கொடிய சூலை கபவாதங்
கட்டா யடைத்த கனமூலஞ்சுர
மாந்த ரோக முந்தீர்க்கு! 19

உஷ்ண செய்கையுடைய கொட்டான் கரந்தை கொடிய சூலை, பீலிகை வாயு, மூலம் இவற்றைப் போக்கும். துவர்ப்பும், கைப்பும் கொண்டது பெரிய கொட்டான் கரந்தை. இது சூலை, கபவாதம், கணமூலம், சுரம், மாந்தம் இவற்றைப் போக்கும்.

பேய்ச்சுரை, செம்பவளவல்லி

பேய்ச்சுரை மிகுந்த தப்பா
பிரிவுற விஷத்தைப் போக்குங்
காய்ச்சலைத் தீர்க்குங் காச
சுவாசத்தைக் கடிந்து நீக்கும்
பாச்சலுற் றெழுந்த சேற்றும
மாற்றுசெம் பவள வல்லி
பாச்செ மூந்தாள் முரலம்
தாவிழித் தய்யல் நல்லாய்! 20

பேய்ச்சுரை ஒரு விஷம் போக்கும் மருந்தாகும். காய்ச்சல், காசசுவாசம் இவற்றை நீக்கும். செம்பவளவல்லி தீவிரமான சேற்றுமத்தையும் போக்கும்.

பேய்ப்பீர்க்கு

பேயின் பீர்க்கு உஷ்ணவஷ்த்துப்
பீலிகை குன்மங் குட்டந்
தியபாண் டுடனே சேர
பையாமந் தீர்ந்திடுஞ் சிறுக்காய்
பேயின் பீர்க்கிக் கைப்பாம்
பெரிதுஉஷ்ட்ண வஷ்த்து வாகும்
பாயும்பல விஷமுந் தீர்க்குஞ்
சன்னிபல வகையும் போக்கும்! 21

பேய்ப்பீர்க்கு வெப்பச் செயலுடையது. பீலிகை, குன்மம், குட்டம், பாண்டு இவற்றைப் போக்கும். இதன் காய் கைப்புச் சுவையுடையது. வெப்பச் செய்கையுடைய

இது பலவகை விஷங்களையும் பலவித சன்னியையும் போக்கும் தன்மையுடையது.

நல்வரி பீர்க்கு, மெழுகுப் பீர்க்கு

நல்வரிப் பீர்க்கதி தித்திப் பாகும்
நல்முகதா நதிகண்டத் தொனியுண் டாக்குங்
கொல்லுமகோ தரமார்ப விரணம் பாண்டு
குன்மமிவை தீர்க்குந் திரிதோஷம் போக்கும்
நல்லதுகேள் மெழுகு பீர்க்கதி மதுர
மாகுங் குன்ம மகோதர வாத பித்தஞ்
சொல்லியபீ லிகைகண்ட ரோகந் தீர்க்குந்
துடியிடைத்தின் பிடிநடைப் பைந்தொடிநல் லாளே! 22

நல்வரிப்பீர்க்கு இனிப்புச் சுவையுடையது. இதை உண்டால் முகம் அழகுபெறும் குரல்வளம் பெருகும். இரணம், பாண்டு, குன்மம் இவற்றைத் தீர்க்கும். முத்தோடம் போக்கும். மெழுகுபீர்க்கும் இனிப்புச் சுவையுடையது. இது குன்மம், மகோதரம், வாத பித்தம், பீலிகை, தொண்டை நோய்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும் குணமுடையது.

பாவட்டை, வெள்ளைப்பாவட்டை

பாவட்டை கைப்பா முஷ்ண
வஷ்த்துவாம் பாவாய் கேண்மோ
நோவுற்ற வாயு வெல்லாம்
அடித்திடும் நுல்லி சற்றே
மேவுற்ற பித்தங் காட்டுங்
காசத்தைப் போக்கும் வெள்ளைப்
பாவட்டை மிகுந்த வாயு
மிகர்த்ததைப் பகைத்து மாற்றும்! 23

பாவட்டை கைப்புச்சுவையையும் வெப்பச் செய்கையையுமுடையது. வாயு தொடர்பான நோய்களை அகற்றும். பித்தத்தைக் கூட்டும். காசத்தைப் போக்கும். வெள்ளைப் பாவட்டை மிகுதியான வாயுவைப் போக்கும்.

காட்டாத்திப்பூ, தேள் கொடுக்கு

காட்டாத் திப்பூத் துவர்கைப்பா
முஷ்ணங் காட்டும் விஷங்கடியும்
வாட்டும் விரண மதிசாரமத
மூர்ச்சையை சோபையைத் தீர்க்கும்
நீட்டுங் கொடுந்தேட் கொடுக்கைப்பா
வாத பித்த விஷநீக்க்
மோட்டுஞ் சோபை பாண்டுகுன்மஞ்
சுவாச காச மொழித்திடுமே! 24

காட்டாத்திப்பூ துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. வெப்ப மூட்டும் காட்டாத்திப்பூ விஷக்கடிகளைப் போக்கும். அதிசாரம், மூர்ச்சை, சோபை இவற்றைத் தீர்க்கும். கைப்புச் சுவையுடைய தேள்கொடுக்கிலை வாதபித்தம், கடிவிஷம், சோபை, பாண்டு, குன்மம், சுவாசகாசம் இவற்றை நீக்கும்.

ஆரை

ஆரை மதுர வஷ்தாங்கல்
அடைப்பைத் திறந்து விடுமுடலிற்
சாரும் புண்ணாத் திடுமிரத்தந்
தருக்கும் வாத கபம்பித்தந்
தீரும் படிக்குஞ் செய்யுங்காசந்
தீர்க்குந் தீர்க்கும் பலதோஷம்
நேருங் கற்கள் பலதகர
வடிக்குந் துடிக்கும் நிகரிடையாய்! 25

ஆரை இனிப்புச் சுவையுடையது. சிறுநீர் நோய் நீக்கி சிறுநீர் வழியைத் திறந்துவிடும். புண்களை ஆற்றும். இரத்தத்தைப் பெருக்கும். வாத, கப பித்தத்தைப்போக்கும். காசம், பலவகையான தோஷம் இவற்றையும் நீக்கும். சிறுநீர் கற்களைப் போக்கும்.

பழுபாகல், கரம்பைப் பாகல்

பழுபாகல் விழிநோய் தீர்க்கும்
பலவிஷங் களையும் போக்கும்
வழுவுரு கபநோய் மூல
வன்பிணி விரண மாற்றுந்
தழுவுயிர் காங்கை போக்குந்
தய்யல்கேள் கரம்பைப் பாகல்
முழுவாதம் வருத்தும் பித்தம்
சேற்றும மூர்க்க மாற்றும்! 26

பழுபாகல் கண்ணோயைப் போக்கும். பலவித விடங்களை நீக்கும். கபம், மூலம், இரணம், உடல் காங்கை இவற்றையும் போக்கும்.

கரம்பைப் பாகல் வாதம், வருத்தும் பித்தம், சேத்துமம் இவற்றைப் போக்கும்.

சூகர்மப்புல், காமாட்சிப்புல்

வாசம் பிறந்தது கைப்பாம்
வாத சேற்றும விதந்தீர்க்குங்
காச சுவாசந் தனைப்போக்குங்
காமாட் சிப்புல் சூலைதனை
நாச மாக்கும் பீலிகை
நீர்ப்பாடு விரணம் நலிந்தகற்றும்
பேசு நெஞ்சு வலிவாதஞ்
சுவாச காசம் பிரித்தோட்டும்! 27

வாசனையுள்ள சூகர்மப்புல் கைப்புச் சுவையடையது. வாத சேற்றுமம், சுவாசகாசம், இவற்றைப் போக்கும். காமாட்சிப் புல் சூலை, பீலிகை, நீர்ப்பாடு, விரணம், நெஞ்சுவலி, சுவாசகாசம் இவற்றைப் போக்கும்.

வலம்புரி, கொல்லங்கோவை

வலம்புரி கூர்த்த தோஷம்
மகோதரஞ் சூலை குன்மங்
கலங்கவே வருதோ ஷங்கள்
கபபித்த விஷங்கள் நீங்கும்
விலங்கருங் கிருமி காதுள்
விரணம்போங் கொல்லங் கோவை
சொலும்புளி உஷ்ண மாறாத்
தோசமும் விஷமுந் தீர்க்கும்! 28

தோடம், விஷம், மகோதரம், சூலை, குன்மம், கபம், பித்தம் இவை வலம்புரியை உட்கொள்ள நீங்கும். வயிற்றுக் கிருமி, காதுப்புண் இவற்றையும் வலம்புரி நீக்கும்.

வெப்பம் மாறாத தோஷமும் விஷமும் கொல்லங் கோவையால் நீங்கும்.

பூனைக்காலி

பூனைக் காலிக் குணமிரத்த
பித்த வாயு தனைப்போக்கு
மூனைப் பாவும் பித்தசுர
மொழிக்கும் பித்தந் தனையடிக்கு
மேனைத் துஷ்ட விரணங்க
ளெல்லாந் தீர்க்குங் கூர்வேலை
மானைச் செலைச்ச கோரத்தை
வடுவைக் கடுவை வென்ற கண்ணாய்! 29

இரத்தபித்தம், வாயு, பித்த சுரம், பித்தம், நாட்பட்ட புண்கள் இவற்றைப் போக்கிடும் குணம் பூனைக்காலிக்கு உண்டு.

வெள்ளைக் கருங்காலி

வெள்ளைக் கருங்காலி குணங்கைப்பா
மிகுந்தந் தப்புழு விலக்கு
முள்ள கபமு முடற்றினவுந்
தீர்க்குங் குஷ்ட்ட நோயொளிக்குந்
தள்ளற் கரிய சீதபித்த
மிரத்த தோஷந் தனைப்போக்குங்
கள்ளக் கறுங்கண் ணாய்மேகங்
காச நாச மாக்கிடுமே! 30

வெள்ளைக் கருங்காலி கைப்புச் சுவையுடையது. கபம், உடல்தினவு, குட்டம், சீதபித்தம், இரத்த தோடம், மேகம், சுவாசகாசம் ஆகிய நோய்களைத் தீர்க்கும். பல்லில் வரும் பூச்சிகளைக் கொல்லும்.

ஒதியம்

உதிய மதிக சயித்தியமா
முடலிற் சோபை தனைமாற்று
மதிக தாகம் புணர்விரணம்
விரண தாக மதுதீர்க்கும்
முதிய குட்டந் தனைப்போக்குந்
தினவை அடக்கு முழுக்கலைசேர்
புதிய மதிய வதனமின்னே
போக்கு மர்மக் கட்டினையே! 31

உதியம் சயித்தியத்தை உண்டாக்கும். உடல் சோபையைப் போக்கும். அதி தாகம், புணர் விரணம் (யோனியில் ஏற்படுவது), குட்டம் ஆகியவற்றைப் போக்கும். தினவை அடக்கும்.

கொன்றை

கொன்றைகைப் பதிக வுஷ்ண
வஷ்த்துவாங் குன்ம மாதி
ஒன்றிய உதர ரோகம்
போட்டுமுட் கிருமி விட்டு

மன்றியுஞ் சோபை சூலை
பிரமேகங் கிரிச்ச மைய
மன்றவாங் கோதாய் தீர்க்கு
மலக்கட்டுப் போக்குந் தானே! 32

கைப்பு அதிகமுள்ளது கொன்றையின் பண்பு. வெப்பச் செயலுடைய இக்கொன்றை, குன்மம், வயிற்று நோய், வயிற்றுக் கிருமி, சோபை, சூலை, பிரமேகம், கிரிச்சரம், ஐயம், மலக்கட்டு ஆகியவற்றை நீக்கும்.

எலிச்செவி

எலிச்செவி மதுர வஷ்த்து
வேனும்பிர மேகந் தீர்க்குங்
சலித்தெழுங் கிருமி போக்குங்
கபபித்த விர்த்தி மாற்றும்
வலிப்பவுத் திரப்புண் ணாத்து
மகோதர மர்மம் போக்கும்
பலித்திடுங் குட்ட நேர்வைப்
பாண்டுரோ கத்தைத் தீர்க்கும்! 33

எலிச்செவி இனிப்புச்சுவை கொண்டது, பிரமேகம், வயிற்றுக் கிருமி, கபபித்தம், வலி, பவுத்திரப்புண், மகோதரம், குட்டம், பாண்டு ஆகிய நோய்களைப் போக்கும்.

நீலி

நீலிகைப் புஷ்ண வஷ்த்து
சுவாசகா சத்தை நீக்கும்
மேலிடு கபத்தைத் தீர்க்கும்
மீறிய பாரந் தாங்கு
மாலிறு பகைவ னக்கு
முகவசீ கரவர்த் தாமாற்
சேலினுங் கடைந்த கூர்வை
வேலினுஞ் சிறந்த கண்ணாய்! 34

நீலி கைப்புச் சுவையையும் வெப்பச் செய்கையையு முடையது. சுவாச காசம், கபம், தலைவலியை நீக்கும். முகப்பொலிவை உண்டாக்கும்.

வச்சிரகள்ளி

வச்சிர கள்ளி தீட்சணோ
டசனங் கைப்பு வஷ்த்து
மச்சமெய்ப் பாண்டு வாத
மகோதர மையங் குன்ம
மிச்சமுற் றயர்ந்த சூலை
மூலம்பீ லிகைவி லக்குங்
கச்சிற பிதிங்கி விம்முங்
கணதன கனகப் பாவாய்! 35

வச்சிரகள்ளி வெப்பக்காரிகையுடன் கைப்புச் சுவை யுடையது. பாண்டு, வாதம், மகோதரம், ஐயம், குன்மம், சூலை, மூலம், பீலிகை, மண்ணீரல் வீக்கம் முதலியன நீங்கும்.

இலைக்கள்ளி

இலைக்கள்ளி கைப்பு வஷ்த்து
குன்மம் பீலிகை யுறாது
வலக்கிடுங் குடல்வா தத்தைக்
குட்டத்தை வெகுண்ட ரிக்கும்
நிலைக்கொளுங் கிருமி போக்குந்
தினவை நீக்கும் புருச
சிலைகண் பகவாம் போற்றி
யாடவ ராடல் தீர்ப்பாய்! 36

இலைக்கள்ளி கைப்புச் சுவையுடையது. இதை உட்கொண்டால் குன்மமும், பீலிகையும் தோன்றாது. குடல்வாதம், குட்டம், வயிற்றுக் கிருமி, தினவு இவற்றை நீக்கும்.

அம்மான் பச்சரிசி

அம்மான் பச்சரிசி மதுர சீத
மானமயஞ் சுக்கில விர்த்தி யாக்குஞ்
செம்மையவி ரத்த பித்த வாய்வினைத்
தீர்க்கும் மாம்பில பித்தம் போக்கும்
வெம்மய சயதா கச்சுர மாற்று
மவுர மாஞ்சி கர்ம வெண்பால்
பொம்மலை வெம்மலை யுந்தாள் மாலிகையும்
பொறுப்பும் வெள்ளறு பாய்போல் வாய்! 37

அம்மான் பச்சரிசி இனிக்கும் பண்புடையது. சீத குணமுடைய அம்மான் பச்சிரிசி சுக்கில விருத்தியை உண்டு பண்ணும். இரத்த பித்தம், வாயு இவற்றைத் தீர்க்கும். ஆமிலம் எனும் எலுமிச்சை வெம்மை நீக்கி கபம், பொருமலை நீக்கி பித்தம், தாக சுரத்தைப் போக்கும். அதிமதுரம் உடல் வெம்மையைத் தணிக்கும்.

கறுத்தமிதுக்கு

கறுத்த மிதுக்கங் கைப்புமது
ரோசன மாகுங் காசத்தை
நிறுத்துந் துஷ்ட்ட விரணத்தை
நீக்குங் கிருமி களைமாற்றும்
பொறுத்தற் கரிய பவுத்தரநோய்
போக்கும் பயித்தியா திக்கமாஞ்
சிறுத்த விடையைச் சந்தமும்
வறுத்த பருத்திரள் முலையாய்! 38

கறுத்த மிதுக்கு கைப்புச் சுவையுடையது. காசரோகத்தை மட்டுப்படுத்தும். பழைய புண்ணை ஆற்றும். வயிற்றுக் கிருமிகளை மாற்றும். பவுத்திரம் போக்கும். பித்தத்தை அதிகமாக்கும். இக்கறுத்தமிதுக்கு வேறுபல நோய்களையும் போக்கும்.

வெள்ளை மிதுக்கு

வெள்ளை மிதுக்கு மதுரவஷ்த்து
விளையுங் கர்ப்பந் தனையழிக்குந்
தள்ள வறிய பீலிகையைத்
தவிர்க்குங் குன்மந் தனையடிக்கு
முள்ள குட்ட நோய்மாற்று
முதட்டு விரணந் தனைத்திர்க்கும்
பிள்ளை மதிவா னுதற்பசிய
கிள்ளை மழலைப் பெண்ணமுதே! 39

வெள்ளை மிதுக்கு இனிக்கும் பண்புடையது. கர்ப்பத்தைக் கலைத்து விடும் பண்பு இதற்குண்டு. அரிய பீலிகை நோயை நீக்கும். குன்மம், குட்டம், உதட்டுப்புண் இவற்றைப் போக்கும்.

பேய்க்கும்மட்டி (ஆற்றுத் தும்மட்டி)

கைத்தல் காணும் பேய்த்திம்மட்டி
கடிய வுஷ்ட்டண மாங்கிருமி
வித்தில் லாமலர் வடிக்குந்
துஷ்ட்ட விரணந் தனைவிலக்குஞ்
சுத்தகப வாதமுந் தீர்க்குஞ்
சுவாச காசந் தனைவளர்க்கு
முத்தம் பவள மொத்தில்
மூர லமுத மனையாளே! 40

பேய்க்கும்மட்டி (ஆற்றுத்தும்மட்டி) கைப்புச் சுவை யுடையது. கடிய உஷ்ணம் போக்கும், கிருமியை வேரொடு அகற்றும். இரணங்களைப் போக்கும். கபவாதத்தைத் தீர்க்கும். சுவாச காசத்தை உண்டாக்கும்.

புட்ப பத்திரி

புட்பபத்திரி கைப்பு வஷித்துக்
கஷாயமேல் மதுரம் போலாம்
விடமொடு தேக வீக்கம்
விரணமென் றகையுந் தீர்க்கு
மிடர்கப பித்தம் போக்கு
மிதளிரத் தத்தை மாற்றுந்
திடமாக் கினையை நல்குஞ்
செழுமலர் திருவ னானே! 41

புட்ப பத்திரி கைப்புச் சுவையுடையது. கஷாயமிட்டால் இனிப்புச் சுவை தரும். விடம், தேக வீக்கம், விரணம், கபபித்தம் இவற்றைத் தீர்க்கும். கெட்ட இரத்தத்தை வெளியேற்றி உடலுக்குப் பலத்தைத் தரும்.

நாயுருவி, முதியார் கூந்தல், வட்டக் கிலுகிலுப்பை

நாயுருவி கைப்பாகுங் கபத்தைப் போக்கும்
நலியுதர வலியும் மகோதரமுந் தீர்க்குங்
காயமுறு தினவகற்றும் சோபை மாற்றுங்
கன்னிமுதி யார்கூந்த லுஷ்ண வித்தாந்
தூயவிழியம் பலவர்க்கு முகரோ கங்கள்
கபவாதந் துலைக்கும் வட்டக்கிலு கிலுப்பை
யாயது கைப்புள்ள துஷ்டண வஷ்த்தாங்
குட்டமது தீர்க்குந்திரி தோஷமளி யாமே! 42

நாயுருவி கைப்புச் சுவையுடையதாகும். இது கபத்தைப் போக்கும். வயிற்றுவலி, மகோதரம் இவற்றைப் போக்கும். உடல் தினவு அகற்றி சோபையைக் குணமாக்கும்.

முதியார் கூந்தல், உஷ்ண கிரியை உடையது. இது கண் மற்றும் முகநோய்களைப் போக்கும். கப, வாத நோய் களையும் போக்கும்.

கைப்புச் சுவையுடைய இந்த வட்டக் கிலுகிலுப்பை வெப்பத் தன்மை கொண்டது. இது குட்டந் தீர்க்கும். திரிதோஷம் போக்கும்.

அங்கோலம்

அங்கோலந் தீட்சணமோ டசனம்
வாதத்தை யடிக்கு மாகும்
வெங்கோடு விடத்தைத் தீர்க்கும்
வீட்டினிலே விபரம் போடுந்
தங்குமூஞ் சூரு செய்யான்
பூரந்தே டென்னை யோட்டுஞ்
செங்கனி வாய்வெண் மூரற்
சற்றிடை பசும்பொற் கொடியே! 43

அங்கோலம் தீட்சண குணமுடையது. இது வாதத்தைப் போக்கும். மூஞ்சுறு, செய்யான், பூரான், தேள் ஆகியவற்றின் விடத்தைப் போக்கும்.

அமுக்கிரா, தண்ணீர் விட்டான்

பெரிதுசிறி தமுக்கிரா விரண்டு முஷ்டிணம்
பேதமில்லை கைப்பாகும் பிலனுண் டாக்கும்
முறுவவதி காந்தி வீரியமுண் டாக்கு
முற்றசயம் வாந்தி விரணந் தீர்க்கும்
வறுவாத கபமடக்குந் தண்ணீர் மிட்டான்
சிறுகைப்புக் குளிர்சாது வஷ்த்து வாகும்
பொறுவரிய வாதம் பயித்தியத்தைப் போக்கும்
பொற்கொடியே சயவெப்பும் போக்குங் காணே! 44

இரண்டு வகையுள்ள அமுக்கிரா வெப்ப குணமுடையது. கைப்புச் சுவையுடையது. இது உடலுக்குப் பலத்தையும் ஒளியையும் கொடுக்கும். வீரியத்தைப் பெருக்கும். சயம், வாந்தி, விரணம் இவற்றைப் போக்கும். வாத, கபம் அடக்கும்.

தண்ணீர்விட்டான் சிறுகைப்புச் சுவையுடையது. குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். வாதம், பித்தம், வெப்பம் இவற்றைப் போக்கும்.

வட்டச்சாரணை, நெடுஞ்சாரணை

வட்டச் சாரணை மதுர வஷ்த்தாம்
வாதோதாஞ் சூலை நெஞ்சுவலியைத் தீர்க்குந்
துஷ்ட்டமிகு பாண்டுகுன்மஞ் சோபை தீர்க்கும்
நெட்டிச் சாரணை மதுரஞ்சோபை பாண்டு
குட்ட நெஞ்சுவலி காசமூலந் தேமல்
குளிர்ச்சி சொறிசிரங்கு கபவாதந் தீர்க்கும்
விட்டகலா ரூட்சைதனைத் தணிக்கு முல்லை
வெண்ணகைச் செவ்வாய் நீலவிழி நல்லாளே! 45

வட்டச்சாரணை இனிப்புச் சுவையுடையது. வாதம், சூலை, நெஞ்சுவலி, பாண்டு, குன்மம், சோபை இவற்றைத் தீர்க்கும்.

நெடுஞ்சாரணை இனிப்புச் சுவையுடையது. சோபை, பாண்டு, குட்டம், நெஞ்சுவலி, காசம், மூலம், தேமல், சொறிசிரங்கு, கபம், வாதம் இவற்றைத் தீர்க்கும். குளிர்ச்சி உண்டாக்கும்.* ரூட்சைதனைத் தணிக்கும்.

வெள்ளைச் சாரணை

வெள்ளைச் சாரணை மதுர
மாம ரூட்சையை விலக்கு
முள்ளத் தார கபமார்
புறுவ லியையு மோட்டுந்
தள்ளிச் சூலையைச் சோபையைப்
பாண்டு வைத்த விர்க்கும்
வள்ளப் பூண்டு முலையா
யஷ்ட ரோகமு மாற்றும்! 46

* பிரசவித்த மூன்று மாதமான பெண்களுக்கு ஆமாசயத்தில் காணும் ஓர் நோய்.

வெள்ளைச் சாரணை மதுர குணமுடையது. ரூட்சையை நீக்கும். மார்பு வலியைப் போக்கும். சூலை, சோபை, பாண்டு எண் வகைக்குன்மம் இவற்றைப் போக்கும்.

மருதோன்றி

மருதோன்றி கைப்புவஷ்த்து சோபை தீர்க்கும்
வலிய பிலன்தருந் தாகந் தீர்க்குந்
திரிதோஷங் களைமுள் மருதோன்றி வாதங்கடந்
தோஷஞ் சுரதோஷந் தீர்க்கு மற்றப்
பெரிய மருதோன்றி பச்சைமரு தோன்றிக்குஞ்
சிவத்தமரு தோன்றிக்கும் பேசி வந்த
விருவகைக்கு முள்ளகுணந் தானே மார்பினை
முலைக்கெய்த திளைத்தொடுங்கு மிடைமின் னாளே! 47

மருதோன்றி கைப்புச் சுவையுடைது. இது சோபையை நீக்கும். வலிமை தரும். தாகம் தீர்க்கும். முத்தோடம் போக்கும். முள்மருதோன்றி வாதம், தோஷம், சுர தோஷம் இவற்றைப் போக்கும். இதுவே பெரிய மருதோன்றி, பச்சை மருதோன்றி, சிவப்பு மருதோன்றி ஆகியவற்றின் குணமாகும்.

வெள்ளையாமணக்கு

வெள்ளை யாமணக்குச் சிறுகைப்பு
மிகுந்த உஷ்ட்டிண மாங்குன்மந்
தள்ளா வாயு மகோதரம்
பீலிகை நெஞ்சுவலி தனைத்தீர்க்கு
முள்ளா ரத்தி சூலைதள்ளுஞ்
செவ்வா மணக்கு முறுகைப்பா
மெள்ளாந்தர ரோகம் வாதகுன்ம
மோதாம் பீலி கைவிலக்கும்! 48

வெள்ளையாமணக்கு சிறுகைப்பாம். இது அதிவெப்பச் செய்கையுடையது. குன்மம், வாயு, மகோதரம், பீலிகை, நெஞ்சுவலி, அத்திச்சூலை இவற்றைப் போக்கும். செவ்வாமணக்கு

கைப்புச் சுவை உடையது. இது வாதகுன்மம், பீலிகை இவற்றைப் போக்கும்.

சிற்றாமுட்டி

சிற்றா முட்டி சாதுவஷ்த்து
தீர்க்கு மிகுந்த பித்தசுர
மாற்றுந் தாப சுரசெயமும்
வாதந் தீர்க்கும் பிலன்கொடுக்கும்
உற்ற திரிதோஷத் தோடுகண்
ணுஷ்ணந் தீர்க்கு மயிர்வளர்க்கும்
பற்றா விடையை வறுத்தவிடு
முற்றா முலையைப் படைத்தாளே! 49

சிற்றாமுட்டி சாதுவான குணமுடையது. பித்த சுரம், தாப சுரம், வாதம் இவற்றைத் தீர்க்கும். பலங்கொடுக்கும். திரிதோஷம், கண்ணின் வெப்பம் இவற்றைத் தீர்க்கும். மயிர் வளரும்.

பேராமுட்டி

பேரா முட்டியின் குணங்கேள் சாதுவஷ்த்துப்
பிலன்கொடுக்குங் கபவாத விகாரந் தீர்க்குந்
தீராத சிரரோகஞ் சுரங்கள் தீர்க்குந்
திரிதோஷ மணியிதா இதரமதிற் பெரிய
பேரா முட்டியுஞ் சாதுவஷ்த்து வாகுந்துற்
பிலத்தைத் தவிர்த்திக பிலனுண் டாக்கும்
வாராபூண் முலையாய் சீதளஞ்சற் றாகும்
வாதபித்தத் தால்வர்ம விகாதந் தீர்க்கும்! 50

மென்மையான குணம் கொண்ட பேராமுட்டி பலத்தைக் கொடுக்கும். கபவாதம், தலைநோய், காய்ச்சல், முத்தோடம் போக்கும். பலமின்மையை நீக்கி பலமளிக்கும். சீதளம் குறையும். வாதபித்தத்தால் ஏற்படும் விகாரங்கள் நீங்கும்.

முன்னை

முன்னை துவர்க்கைய்ப் புஷ்ட்டிண வஷ்த்து
மூலாக்கினி மந்தந் தீர்க்கும்
மன்னும் பாண்டு சோபையுடல்
வலிசேற்று மத்தை மாற்றிவிடு
மின்னே பாலை மதுரவஷ்த்து
மேகநோய் நேத்திர ரோகந்
தன்னோடி ரத்த தோஷம்
சர்வ தோஷங் களுந்தீர்க்கும்! 51

முன்னை துவர்ப்பு, கைப்புச் சுவையை உடையது. வெப்பத் தன்மை கொண்டது. இது மூலாக்கினி, மந்தம் பாண்டு, சோபை இவற்றைப் போக்கும். உடல் வலியையும் சேற்றுமத்தையும் மாற்றும்.

பாலை இனிப்புச்சுவையுடையது. மேக நோய்கள், கண்ணோய், இரத்த தோடம் முதலான பல தோடங்களையும் போக்கும்.

வெட்பாலை, வெட்பாலையரிசி

வெட்பாலை கைப்பாகும் வாத பித்த
கபந்தீர்க்குஞ் சூலை வியாதியை யடிக்கு
முட்பா யதரமூல ரோகம் போக்கு
முற்றெழுந்த சேற்றும மதிசாரந் தீர்க்கும்
வெட்பாலை யரிசியுஷ்ட்டிணந் துவர்க்கைப் பாகு
மிகுபாண்டு கபரோகங் கிருமி தோஷங்
கட்பாலை மடமயிலே யதிசா ரங்களக்
கினிமந்தந் தீர்க்குங் கடிதிற் காணே! 52

வெட்பாலை கைப்புச் சுவையுடையது. வாதம், பித்தம், கபம் இவற்றைத் தீர்க்கும். சூலை, மூலம் ஆகியவற்றை நீக்கும். சேற்றுமம், அதிசாரம் இவற்றைத் தீர்க்கும். துவர்ப்பு கைப்புச் சுவை கொண்ட வெட்பாலை அரிசி வெப்ப குணமுடையது. பாண்டு, கபரோகம், கிருமி தோடம், அதிசாரம், அக்கினி மந்தம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

குடசப்பாலை விதை

குடசப் பாலை வித்ததிக
வுஷ்ணந் துவர்ப்பு கொண்ட
கைப்பா மிடையுங் கிருமிகளைப்
போக்கும் வெய்ய சூலைநோய்
மாற்றுந் தடையிலி ரத்ததோஷாதி
சாரந் தீர்க்குந் திரிதோஷ
முடுகி யோட வொட்டுமிகள்
மொண்டுண் டிருண்ட மொய்குழலே! 53

குடசப்பாலை வித்து அதிஉஷ்ணம் கொண்டது. துவர்ப்பு கைப்புச் சுவையுடையது. கிருமிகளைப் போக்கும். கொடிய சூலைநோய் மாற்றும். இரத்த தோஷம், அதிசாரம் இவற்றைத் தீர்க்கும்; திரிதோடத்தை நீக்கும்.

கொடிப்பாலை

கொடிப்பாலை சாது வஷ்த்துக்
குறுத்துவாங் காட்டா நிற்குந்
துடிப்புறு மத்த தோஷந்
துலைக்குமா ருசியை நல்கும்
வடிப்பமாய்த் தேக காந்தி
யெவ்வண்ணம் வருத்தா நிற்குங்
கடிப்பி ரசம்பூங் கூந்தற்
கலைநுதற் கொலைவேர்க் கண்ணாய்! 54

கொடிப்பாலை மென்மை குணம் கொண்டது. தோடங் களை நீக்கும். சுவையின்மையைப் போக்கி ருசியைத் தரும். உடலுக்கு ஒளியைத் தரும்.

கொம்மட்டி மாதுளை, சித்திர மூலம்

கொம்மட்டி மாதுளையி னருசி காசங்
குன்ம ரோகந்தீர்க்குஞ் சோபந் தீர்க்குஞ்
சம்மதியே பிரவதி தீபனமுண் டாக்கும்
கிராணிதனைத் தீர்க்கு மதிசாரம் போக்குஞ்

செம்மைபச்சை நீலமெனுஞ் சித்திர மூலந்
தீட்சணோ டசனக்குனூர் வஷ்த்தா வாமால்
கம்முகபஞ் சலவையுடல் சோப மாற்றுங்
கருங்குன்மம் வாயுவிவை கடிய மானே! 55

கொடி மாதுளையென்றும் துரிஞ்சி மாதுளையென்றும் அழைக்கப்படும் கொம்மட்டி மாதுளை, அருசி, காசம், குன்மநோய், சோபை இவற்றைத் தீர்க்கும். பசியை உண்டு பண்ணும். கிராணி, அதிசாரம் இவற்றைப் போக்கும்.

சிகப்பு, பச்சை, நீலமென்ற வகைகளையுடையது சித்திர மூலம். இது பசியை உண்டாக்கவல்லது. வெப்பத் தன்மை கொண்டது, சோபையை மாற்றும். குன்மம், கபம், வாயு இவற்றைப் போக்கும்.

தைவேளை, குறிஞ்சான்

தைவேளை, தீட்சணோ டசனமாங்
குன்மஞ் சூலை தன்னை
மெய்வாதங் களையடிக்குஞ் சலவை
ரூட்சயை விலக்கு மவ்வை
வேர்க்கண் குறிஞ்சான் கைப்பா
முதரரோ கத்தை மாற்று
மொவ்வாக் கினியோ போலத்
தீபனாக் கினியுண் டாக்கும்! 56

தைவேளை வெப்ப குணமுடையது. இது உணவாகச் சமைத்து உண்ணக் கூடியது. இதை உண்டால் குன்மம், சூலை, வாதம், ரூட்சை, ஆகிய நோய்கள் அகலும்.

குறிஞ்சான் கைப்புச்சுவையுடையது. இதனைச் சமைத்துண்டால் வயிற்று நோய்கள் தீரும். நல்ல பசியை ஏற்படுத்தும்.

புளிவிரை

புளிபு ளிப்புமது ரோச்சன மருசிகரமாம்
போக்கும் நெஞ்சுவலி குன்மங்கிருமி தீர்க்கும்
வளர்விக்கும் வாயுவை அக்கினியைச் சேற்றும
மாற்றும் விளர்த்துவா மதுரப்புளிப் பாம்வாயு
விளைக்கும் குறுத்துவமாந் தாகந் தீர்க்கும்
மிடறுதனை விளக்கும் ருசியைத் தவிர்க்கும்
கிளர்கபத்தைப் பயித்திய வாய்வாகுஞ் சுவாச
காசந் தீர்க்குங் கிள்ளை அன்னாய்! *57*

அருசி, நெஞ்சுவலி, குன்மம், வயிற்றுக்கிருமிகள் இவற்றைப் போக்கும். வாயுவை அதிகப்படுத்தும். சிலேத்துமத்தை மாற்றும். மதுரப் புளியங்கொட்டை தாகத்தைத் தீர்க்கும். சுவையைப் போக்கும். கபம், பித்தம், வாயு, சுவாசகாசம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

அகில், காரகில்

அகிலுடன் வஷ்த்து வாயு
கபம்வாந் திருசி தீரும்
புகல்குட்ட நேத்திர ரோக
மீட்டுஞ்சம் முதல்போக் குங்கா
ரகிலதி யுஷ்ணம் வாயுமாங்
கபவி காரம் போக்கு
மிகலுரு வாயு மேக
ரோகம்பீ லிகையுந் தீர்க்கும்! *58*

அகில் வாயுவை விளைவிக்கும். கபம், வாந்தி, ருசியின்மை, குட்டம், நேத்திர நோய்கள் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

காரகில் அதிஉஷ்ணம் ஏற்படுத்தும். வாயு, கப விகாரங் களைப் போக்கும். மேகநோய், பீலிகை இவற்றையும் போக்கும்.

மருக்கொழுந்து

மறுநன் மறுவாங் கைப்புவஷ்த்துப்
பித்த சேற்றும விஷமாற்றும்
குருவா மிந்திரிய விருத்திக்குக்
கொழுந்து வாசங் கைப்புவஷ்த்து
பொருவிற் பூத வேதாளம்
போக்கும் விஷங்கள் தனையடிக்குந்
திரிதோ ஷங்கள் தினவுருட்டந்
தீர்க்கும் வார்குங் குமங்கோதாய்! 59

மருக்கொழுந்து கைப்புச் சுவையுடையது. பித்தம், சிலேத்துமம், விஷம் இவற்றைப் போக்கும், இந்திரிய விருத்தியை ஏற்படுத்தும். இதன் கொழுந்து வாசனை யுடையது. கைப்புச்சுவையுடையது. இது விஷத்தைப் போக்கும். திரிதோடம், தினவு இவற்றைப் போக்கும்.

முசுமுசுக்கை, பிரமி, வீழி

மொசுமொசுக்கை யுஷ்ணவஷ்த்து சேற்ம வாதம்
விரண முதிர்விக்கும் விஷந்தினவு தீர்க்கும்
மிசைகொள் பயித்திய மடிக்குபிரமி கைப்புமிகு
முஷ்ணமாஞ் சோபை பாண்டு ....
டசைவகிகொள் குட்டந் தினவு பீலிகையை
வாதமாற்றும் பசித்தரும் வீழிமதுர்க் கய்ப்பா
மசையுறு சேற்றுமம் போக்குந் திபனமுண் டாக்கும்
மிடைசாய்க்கு மலைமுலையற் பசும்பொற் கொம்பே! 60

மொசுமொசுக்கை உஷ்ண காரிகையுடையது. சேத்துமம், வாதம், விரணம் இவற்றை நீக்கி தினவைப் போக்கும். பித்தத்தை நீக்கும்.

பிரமி கைப்புச் சுவையுடையது. வெப்பச் செய்கை யுடையது. சோபை, பாண்டு, தினவு, 'தட்டம், பீலிகை, வாதம் இவற்றை மாற்றும்,பசி தரும்.

வீழி இனிப்புச்சுவையையும் கைப்புச்சுவையையு முடையது. சிலேத்துமத்தைப் போக்கும். பசியையுண்டாக்கும்.

தகரை, கையாந்தகரை

தகரை வாதங் கபங்குட்ட
முஷ்ட்டிணந் தேகத் தடிப்பகற்றுஞ்
சுகமாய்த் தேக காந்திதருங்
கைய்யாந் தகரை சொலிலுட்டிணம்
நிகரில் சோபை வாதகபம்
நேத்திர ரோகந் தினவுகுட்ட
மகல வடிக்கும் மயிர்வளர்க்கு
மாகங் காந்தி தருமணங்கே! 61

தகரை வாதம், கபம், குட்டம்; உட்டிணம், உடல் வீக்கம், இவற்றைத் தீர்க்கும். உடலுக்கு ஒளியையும் மெருகையும் கொடுக்கும்.

கையாந்தகரை வெப்ப செய்கை உடையது. சோபை, வாதகபம், கண்ணோய், தினவு, குட்டம் இவற்றைப் போக்கும். இதனைப் பக்குவப்படுத்தி தலையில் தேய்த்தால் முடி கருமையாய் வளரும். தேகத்திற்கு அழகைத்தரும்.

தேற்றான் விரை

தேறுவிரை கைப்பாகு மையம் பித்தந்
தேகவெட்டை யுதரநோய் நேத்திர ரோகம்
மாறுவிக்கும் வாந்திதனை மாற்று மாறா
வளந்தெழு தீபனங் கொடுக்குமதிற் சிறிய
தேறுவிதை துவர்கைப் பாகு முஷ்ண
வஷ்த்துகப சோபை கெற்பசோபை களைத்திர்க்கு
மீறு விரணங்கள் தனைமாற்றும் கெற்ப
விகாதியது வெள்ளரிவை வேர்க்கண் மாதே! 62

தேற்றான் விதை கைக்கும் குணமுடையது. ஐயம், பித்தம், வெட்டை, வயிற்று நோய்கள், கண்நோய்கள்,

வாந்தி, இவற்றை மாற்றும். பசி ஏற்படுத்தும். சிறிய தேற்றான் விதை துவர்ப்பு, கைப்பு, உஷ்ண செய்கைகளை உடையது. கபம், சோபை, கெர்ப்ப சோபை இவற்றைப் போக்கும். இரணங்களை ஆற்றும்.

அலரி, எருக்கு

வெள்ளலரி செவ்வலரி துவர்க்கை யாகும்
வீரியோஷ்ணங் காட்டும் விழிநோய் தீர்க்கும்
மெள்ளருங் குட்டந்தினவு சேற்றும மாற்று மெருக்க
முஷ்ணாதி காங்கைப்பாகு கிருமி துஷ்ட
முள்ளவிரணந் தீர்க்குஞ் சிறிய துஷ்ணந்
துவர்கைப்பே வாதம் விஷவிரண மோட்டும்
வெள்ளெருக்கங் கசப்புஷ்ணா திகமாம் வாதம்
விரண வேதனை கிருமிவிகாரந் தீர்க்கும்! *63*

வெள்ளலரி, சிவப்பலரி இவை இரண்டும் துவர்ப்புச் சுவையையும், கைப்புச்சுவையையும் வெப்பச் செய்கையையும் கொண்டவை. கண்ணோய்களைப் போக்கும். குட்டம், உடற்றினவு, சேற்றுமம் இவற்றை மாற்றும்.

உஷ்ட்ணமுடைய எருக்கு காங்கையை ஏற்படுத்தும். குடற்கிருமி, துஷ்ட விரணம், வாதம், விஷப்புண்கள் இவற்றைப் போக்கும்.

கசப்புப் பண்புடைய வெள்ளெருக்கு உஷ்ணத்தையும் கொண்டது. வாத விரணத்தையும், குடற்கிருமியையும் தீர்க்கும்.

முள்ளங்கி

பெரிய முள்ளங்கி ஷ்ணமாம்
மைய வாதமும் பிரித்தகற்றும்
மறுவு திரிதோஷமும் பிரித்தகற்றும்
மடமொழிக் குடமுலைச் செவ்வா

யரிவைகேள் சின்ன முள்ளங்கி
சிவத்த முள்ளங்கி யடவிமுள்ளங்கி
யொருகுணங் குஷ்டநோய் விஷதோஷ
மொளிக்குந்திரி தோஷமு மொளிக்கும்! 64

பெரிய முள்ளங்கி உஷ்ணமுடையது. வாதத்தை மித மாக்கும். முத்தோடங்களையும் போக்கும். சின்ன முள்ளங்கி, சிவத்த முள்ளங்கி, அடவி முள்ளங்கி இவை குட்ட நோயை விரட்டும். விஷதோடம், திரிதோஷம் இவற்றை அகற்றும்.

மணத்தக்காளி, மூங்கில்

மணத்தக் காளி யுஷ்ணவஷ்த்து
மாற்றுங் குன்ம விஷந்தீர்க்குந்
தணிக்குந் தேக வெட்டைதனைத்
தணிக்குந் திரிதோஷமு மூங்கி
லிணக்கும் பித்தந்தனை ரத்ததோஷந்
தீர்க்கு மாசங் கொல்லும்
பிணிக்கும் வாத கபந்தீர்க்கும்
வீரி யெஷணம் பெண்ணமுதே! 65

மணத்தக்காளி உஷ்ட்ண செய்கை உடையது. குன்மம், தேகவெட்டை, திரிதோஷம் இவற்றைப் போக்கும். விஷத்தை நீக்கும்.

மூங்கில் பித்தத்தை நீக்கும். இரத்தத் தோஷம், வாத கபம் இவற்றை நீக்கும்.

நொச்சி

கரிய நொச்சி வெண்ணொச்சி
உஷ்ட்டிணா திகமாந் துவர்க்கையாங்
கிருமி போக்கும் வாதகபங்
கெடுக்கும் குன்ம பிலிகையைப்
பெரிய சோபை தனைத்தீர்க்கும்
**பிரியாமே நித்தி நவகத்தும்*

விரிக்குங் குஷ்ட்ட நோய்போக்கும்
வாயுவை யடிக்கு மெல்லியலே! 66

கருப்பு நொச்சியும், வெண்ணொச்சியும் வெப்பத் தன்மை யுடையவை. துவர்ப்பும், கைப்பும் கொண்டவை. வயிற்றுக் கிருமிகளைப் போக்கும். வாதம், கபம், குன்மம், பீலிகை, சோபை, குட்டம் போன்றவற்றை நொச்சி போக்கும்.

சேங்கொட்டை

சேங்கொட்டை மதுரக் கைப்புத்
தீட்சணோ டசன மாகும்
ஆங்குறஅங் கிருமி மாய்க்கு
மதிகுன்ம மூலம் போக்குந்
தீங்குற்ற கிராணி குட்டம்
வாதசேற் றுமங்கள் தீர்க்கும்
பூங்கற்றைக் கரிய கொண்டல்
சுமந்தொளிர் பொன்னங் கொம்பே! 67

சேங்கொட்டை இனிப்பும் கைப்பும் கொண்டது. வெப்பத் தன்மையுடையது. உணவாகவும் பயன்படும். இது குடற் கிருமிகளைப் போக்கும். குன்மம், மூலம், கிராணி, குட்டம், வாத சேற்றுமங்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

காக்கணம், களா

காக்கணங் குட்டந் தீர்க்குங்
கபவாய்வு தீர்க்கும் வெள்ளைக்
காக்கணங் கைப்பா மாத்தப்
பயித்தியம் கபம்வெண் குட்டம்
போக்கும்வெஞ் சூலை குட்டம்
போக்குமே களாக்கு ணந்தான்
மாக்கப மத்த வாயுக்
குறுத்துவம் வறுத்து மாதோ! 68

காக்கணம் குட்டம் தீர்க்கும். கபவாயு தீர்க்கும். வெள்ளைக் காக்கணம் கைப்புச் சுவையுடையது. பித்தம், கபம், வெண் குட்டம் போக்கும். களாவானது சூலை, குட்டம், கபம், மற்றவாயுக்களை நீக்கும்.

துளசி, குளிர்த்தாமரை

துளமே துளசி கிஷ்ட்ணத்
துளசி மூன்றுஞ் சிறுவெப்பு
விளையச் செய்யுஞ் சீதளவுஷ்ணம்
வெய்ய சுரங்கள் பலதணிக்குங்
களையுங் கிருமி களையுந்
தீபன முண்டாக்கும் கபந்தீர்க்குங்
குளிர்தா மரையோ ரூட்சை
இரத்தபித்த வதிசாரக் கூற்றம்! 69

துளசி, கருந்துளசி, கிருஷ்ணத்துளசி சிறு வெப்புத் தன்மை யுடையவை. இது சீதள உஷ்ணம், சுரங்கள் இவற்றைக் குணமாக்கும். வயிற்றுக் கிருமிகளைப் போக்கும். பசி உண்டாக்கும். கபம் தீர்க்கும்.

குளிர்த்தாமரை ரூட்சை, இரத்தபித்தம், அதிசாரம் இவற்றைப் போக்கும்.

அறுகு, வெள்ளறுகு

அருகு வீரியோஷ்ண மென்றுஞ்
சுவாச காச மதுதீர்க்குங்
கருவு வாத பித்தகபந்
தீர்க்குங் கமலக் கண்ணாய்வெள்
ளருகு மூன்று முடற்சோபை
விரண சூலை யதுசுரங்கள்
பிரிவில் தாக வெட்டைரத்த
தோசம் பித்தந் தீர்ந்திடுமே! 70

அறுகு வீரியகுணமுடையது. வெப்பத்தன்மை கொண்டது. சுவாசகாசம், வாத, பித்த, கபம் இவற்றைத் தீர்க்கும். வெள்ளறுகு திரிதோடம் போக்கும். சோபை விரணம், சூலை, சுரங்கள், தாகவெட்டை, தோசம், பித்தம் இவற்றைத் தீர்த்திடும்.

வெண்முருங்கை, அடவி முருங்கை

வெள்ளை முருங்கைக் கேள் துவர்கைப் புஷ்ணங்
கபசோபை வாயுக் கிருமியை விலக்கு
முள்ளூரு பீலிகை குன்மஞ் சீத
வாதபித்தந் திரிதோஷ முலைத்தொ ளிக்கும்
விள்ளடவி முருங்கை யுஷ்ணந்துவர்க் கைப்பாம்
விஷதோஷம் விரணம் பீலிகைக் குன்மங்கள்
தள்ளரிய கபசோபை வாயுதீர்க்குங் கிருமி
தோஷந் தீர்க்கும் தடங்கட் பாவாய்! 71

வெள்ளை முருங்கையானது, துவர்ப்பும் கைப்பும் கலந்த சுவையுடையது. வெப்ப குணமுடையது. கபம், சோபை, வாயு, குடற்கிருமிகள் இவற்றைப் போக்கும். பீலிகை, குன்மம், சீதம், வாதபித்தம், முத்தோடம் நீக்கும்.

அடவி முருங்கை உஷ்ணம், துவர்ப்பு, கைப்புச் சுவையை யுடையது. விடதோடம், இரணம், பீலிகை, குன்மம், கபம், சோபை, வாயு, கிருமிதோடம் தீர்க்கும்.

தாமரை, வெண்தாமரை

செய்யதா மரைக்குணங்கள் சீதள மாகுஞ்
சேற்றுசத் தியையடிக்குங் கெற்பந் தன்னை
வைய்யமற வளவிக்கும் ரெத்த பித்த
விஷந்தீர்க்கு மிதுநிற்க வணங்கே வெள்ளைத்
துய்யதா மரைக்குணங்கேள் சீதள மாகுஞ்
சுயைசொலிற் கைப்பு மதுர ரத்தபித்தம்
மெய்யிளைப்பு தீர்க்கு மூத்திரக் கிரிச்ச
விஷந்தீர்க்கும் விரணங்கள் தீர்க்குந் தானே! 72

தாமரை சீதள குணமுடையது. சேற்றுமம், வாந்தி இவற்றைப் போக்கும். கர்ப்பத்தை உருவாக்கும். இரத்த பித்தம், விஷம் இவை தீரும்.

வெண்டாமரை சீதளமாம். கைப்பும் இனிப்பும் கொண்டது. சீதள குணமுடையது. ரத்தபித்தம், உடல் இளைப்பு, மூத்திரக் கிரிச்சரம், கடி விஷங்கள், விரணம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

தாமரை வளையம்

கஞ்ச வீசம் வளைய
மல்லிநாள் நான்குங் காட்டுகுண
மிஞ்சு சத்தி யதிசார
மெய்யில் வெட்டை தனைமாற்று
மஞ்ச வளர்பித் தத்தை
மூத்திர ரோகத்தை யாவடிக்குந்
துஞ்சு குன்ம மூலத்தைத்
துலைக்கும் பகவீரியங் காட்டும்! 73

தாமரை வீசம் எனும் தாமரை வளையம் சத்தி, அதிசாரம், வெட்டை இவற்றை மாற்றும். பித்தம், மூத்திரரோகம், குன்மம், மூலம் இவற்றைப் போக்கும்.

வேலியணைந்தான், கீழ்க்காய் நெல்லி

வேலி யணைந்தான் கைப்புஷ்ணம்
விஷதோஷங் கீடந் தீர
மேலு மிரத்த பித்த சுரம்
விலக்குங் கீழ்க்காய் நெல்லிகைப்புச்
சிலம் புகலிற் சயிந்தியத்
தியமாம் பித்ததாகந் தனைத்தீர்க்கும்
வால மயிலே கபம்வளர்க்கு
மஷத வறட்சி வாங்கிடுமே! 74

வேலியணைந்தான் கைப்புச்சுவையும், வெப்பச் செய்கையும் உடையது. இது விஷதோடம், இரத்தபித்தம், சுரம் இவற்றைப் போக்கும்.

கீழ்க்காய் நெல்லிக் கைப்புச் சுவையுடையது. மேலும் சயித்தியம், பித்ததாகம் இவற்றைத் தீர்க்கும். கபத்தைப் பெருக்கும்.

கரும்பு, வெள்ளைக் கரும்பு

கரும்பு மதுர மாம்பித்த
கபங்கள் கிரிச்ச மாற்றிவிடும்வெண்
கரும்பு மதுர சீதளமா
முஷ்ண விக்கல் கடிந்தகற்றும்
விரும்புநீர் தாகந் தீர்க்கு
மிகுதி வீரிய விர்த்திபண்ணுஞ்
சுறும்பு முரலும் பூங்கோதாய்
துலைக்கும் பித்த ஷரத்தியையே! 75

கரும்பு இனிப்புச் சுவையுடையது. பித்தம், கபம், கிரிச்சரம் இவற்றைப் போக்கும்.

வெண்கரும்பு மதுரமாம். சீதள குணம் கொண்ட இக்கரும்பு வெப்பத்தால் வரும் விக்கலைப் போக்கும். இதன் சாறு தாகம் தீர்க்கும். வீரிய விருத்தி செய்யும்.

குன்றி, கழற்சி

செய்ய குன்றி கைப்பாகும் வீரியோஷன்
வஷ்த்துவாம் விரணங்கள் விஷங்கள் தீர்க்கும்
வெய்ய ரூட்சைகள் போக்குங் கிருமிபோக்கும்
வியன்கிரக பயந்தீர்க்கும் விரைப்பூங்கு தாதை
தையநல்லாய் கழங்குதுவர் கைப்பு வஷ்த்துத்
தீபனியாங் கபவாதந் தன்னைத் தீர்க்கு
மையமதால் வருமார்பு வலியை மாற்றுங்
கடுவலி தகுங்குன்ம சூலை போக்கும்! 76

குன்றி கைப்பாகும். வீரியம் மிகுந்த இக்குன்றி விரணங் களை ஆற்றும். விஷங்களைப் போக்கும். ரூட்சைகள் போக்கி, வயிற்றுக் கிருமிகளை நீக்கும். முன்வினைப்பயன்

நீங்கும். கழற்சி துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. பசியை உண்டாக்கும். கபவாதத்தைத் தீர்க்கும். மார்புவலி, குன்மம், சூலை போன்றவையும் கழற்சியால் நீங்கும்.

நிலப்பனை, மாவிலங்கு

நிலப்பனை துவர்கைப் புஷ்ண
மாம்பல நோவு நீக்கு
மிலைக்கொள் மாவிலிங்க முஷ்ணந்
துவர்கைப் பாமேழிற் பொற்பாவாய்
துலைக்கு மக்கினி மந்தத்தைக்
கபவா தங்களைத் துரத்து
விலக்கூறுங் கபால சூலை
குன்மவிப் புருதி தீர்க்கும்! 77

நிலப்பனை துவர்ப்பும் கைப்பும் கொண்டது. உஷ்ண காரிகையுடையது. பலவகை நோய்களை நீக்கும்.

மாவிலங்கம் துவர்ப்பும் கைப்புங் கொண்டது. உஷ்ண தன்மையுடையது. அக்கினி மந்தம், கப வாதம், கபால சூலை, குன்மவிப்புருதி இவற்றைத் தீர்க்கும்.

கோங்கு, மலைக்கோங்கு

கோங்கு துவர்ப்பா மாத்த
குரூரம் விளைக்குங் கபவாத
மேங்க வடிக்கு மூலமுட
னிரத்த மூலந் தீர்க்குமலை
கோங்கு துவர கைப்பாங்
கொஞ்சவான் வடிக்குங் கபபித்தம்
வாங்கு சுவாசந் தனைதீர்க்கும்
வாற்குங் குமப்போற் றறமயிலே! 78

கோங்கு துவர்ப்புச் சுவை உடையது. கபவாதம், மூலம், இரத்தமூலம் இவற்றைப் போக்கும்.

மலைக்கோங்கு துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. கபபித்தம், சுவாசகாசம் இவற்றைப் போக்கும்.

தர்ப்பை, புளியம்பிரண்டை

தர்ப்பை புற்சிறு கைப்பாகு
சூட்சை வீரியந் தவிர்க்குஞ்
சுரப்புற்ற பித்த சேற்றுமந்
துலைக்குமே புளிப்பி ரண்டை
இறுப்புற்று மூல வாயு
விடருந் தீபன முண்டாக்கும்
வரப்பித்தம் பண்ணுங் கண்ணு
மையுவா ளுறையும் போல்வாய்! 79

தர்ப்பைப்புல் சிறு கைப்புச்சுவை உடையது. சூட்சை, வீரியம், இவற்றைப் போக்கும். பித்தம், சேற்றுமம் இவற்றை அகற்றும். புளியம்பிரண்டை மூலவாயு போக்கி, பசியை உண்டாக்கும். பித்தத்தைத் தோற்றுவிக்கும்.

கற்பூரவள்ளி, கற்றாழை

கற்பூர வள்ளி யஷ்த்தி ரோக மேகங்
கல்லடைப்பு நெஞ்சுவலி கண்ட ரோகந்
துற்பீலிகைக் கிரிச்சமூலங் குன்மஞ் சூலை
யிவைகளை யடிக்குந் துவற கைப்பான்
கற்றாழை சேற்றும வாயுவைக் கிருமிகளை
வளர்க்குஞ் சிரரோ கங்களைக் களையு
முற்றாம லிளமைதருந் தேக நேத்திர
விரணங்கள் தீர்க்கு முகின்முலைப் பொற்பாவாய்! 80

கற்பூரவள்ளி எலும்பு நோய்கள், மேகம், கல்லடைப்பு, நெஞ்சுவலி, கண்டநோய், பீலிகை, கிரிச்சரம், மூலம், குன்மம், சூலை இவற்றைப் போக்கும்.

கற்றாழை துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. சேற்றும வாயு, தலைநோய்கள், கண் நோய்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

வயிற்றுப்பூச்சிகளை வளர்க்கும். உடலில், கண்ணில் ஏற்படும் இரணங்கள், தீரும். இளமையைக் கொடுக்கும்.

சிற்றகத்தி, ஊமத்தை, காத்தொட்டி

சிற்றகத்தி கைப்புவஷ்த்து வாததோஷந் தீர்க்கும்
விஷந்தீர்க்கும் ரெத்த தோஷந் தீர்க்கு
முற்றகுஷ்ட சோபைகளைப் பொக்கு மூமத்
துஷ்ணவஷ்த்து விரணகுஷ்ட சோபை மாற்றும்
பற்றுசுரங் களைபடிக்குந் தேக காந்தி
பண்ணுங்காத் தட்டிபித்த சேற்மாருசி
மாற்றும் பீலிகை பாண்டுஷ்ணா திசாரங்கள்
ரோகந் தீர்க்கு மலர்மடந்தை யன்னாய்! 81

சிற்றகத்தி, கைப்புச் சுவையுடையது. இது வாததோடம், விஷம், இரத்த தோடம் இவற்றைத் தீர்க்கும். குட்டம், சோபை களை ஒழிக்கும். ஊமத்தை உஷ்ண காரிகையுடையது. விரணம், குட்டம், சோபை, சுரம், தேககாந்தல் இவற்றை நீக்கும்.

காத்தொட்டி பித்தம், சேத்துமம், சுவையின்மை இவற்றைப் போக்கும். பீலிகை, பாண்டு, உஷ்ணம், அதிசாரங்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

மாதுளைக்கனி, இலந்தைக்கனி

மாதளையின் கனிகுளிர்ந்த சாது வஷ்த்து
பயித்திய வாயுவையடிக்குந் தாக மாற்றுங்
கோதிலா பிலனற்றுஞ் சத்திய ருசிதீர்க்குங்
கொதிப்படக்கு மிலந்தைதருங் கனிதான் கொஞ்சப்
பேதிதரும் புளிப்பிலிரும் துர்ம வாத
காரிகுருத் துவங்காட்டும் பிலனுண் டாக்கு
மேதமுரு சத்திவிக்கல் வருத்தம் பித்த
விர்த்திபண்ணு மேகநோய்க் கிடங்கொ டுக்கும்! 82

மாதுளைக் கனி குளிர்ச்சி தன்மை கொண்டது. பித்த வாயு, தாகம், வாந்தி, சுவையின்மை இவற்றைத் தீர்க்கும். கொதிப்பு அடக்கும்.

இலந்தைக் கனி மலமிளக்கும் தன்மை கொண்டது. சிறிதளவு பேதியை உண்டுபண்ணும். புளிப்புச் சுவையுடைய இப்பழங்கள் வாதத்தையும் உடல் பலத்தையும் உண்டாக்கும். வாந்தி, விக்கல், பித்தம், மேகம் இவற்றை உண்டாக்கும்.

நாரத்தங்கனி, எலுமிச்சங்கனி

நாரத்தங் கனிமனது ரம்மிய வஷ்த்து
பயித்திய வாயுவைச் சேற்றுமநலிவை மாற்றும்
பாரங்கொள் சோபைகுன்மங் கிருமி தேகத்
தினவுசத்தி ருசியப் பார்பட வடிக்கும்
சாரங்கொள் ளெலுமிச்சங் கனிமேல் வெட்டை
சத்திகப மேலிளைப்புச் சூலை தீர்க்குங்
கோரங்கொள் பித்தரத்தக் கட்டுந் தீர்க்குங்
கோலும் வேலுஞ் சேலும்போ லுங்கண்ணாய்! 83

நாரத்தங்கனி மனதுக்கு ரம்மியமானது. பித்த வாயு, சேற்றும நலிவு இவற்றை மாற்றும். சோபை, குன்மம், குடற்கிருமி, உடற்றினவு, வாந்தி அருசி இவற்றைப் போக்கும்.

எலுமிச்சங்கனி, வெட்டை, கபம், வாந்தி, இளைப்பு, சூலை, பித்தம், இரத்தக் கட்டு இவற்றைத் தீர்க்கும்.

பனம்பழம், தென்னம்பழம், சீதாளப்பனை, இலுப்பைப்பூப் பழம்

பனையினது பழமினிப்பாம் பித்த விர்த்தி
பண்ணும்விதை மதுரம்ரத்த மூத்திரமாற்று
மினியதென்னம் பழமதுர மந்த முஷ்ண
மினையில்பிலன் தரும்பித்தம் போக்கு மேனி
தனைவளர்க்குந் தசைசீ தாளப் பனைதான்
சாதுவஷ்த்து வாஞ்சார் மதுர மாந்த
மனநடையா யிலுப்பைப்பூ பித்த மாந்த
மாகுமதன் கனிவாதம் போக்கும் பித்தம்! 84

பனம்பழம் இனிப்புச் சுவையுடையது. பித்தத்தை விருத்தி செய்யும். அதன் விதையும் இனிப்புச் சுவையுடையது. இது இரத்த மூத்திரத்தை மாற்றும்.

இனிய தென்னம்பழம் மதுரமாம். வெப்பச் செய்கை உடையது. நல்ல பலன் உண்டாக்கும். பித்தம் போக்கி மேனியை வளர்க்கும். ஸ்ரீதாளம் எனும் தாளிப் பனம்பழம் சாதுவான வஸ்துவாம். இனிப்புச்சுவையும் மாந்த குணமும் உடையது. இலுப்பைப்பூ பித்தம், மாந்தம் இவற்றை உண்டாக்கும். இலுப்பைக்கனி பித்தம், வாதம் போக்கும்.

தும்பை, கருந்தும்பை

தும்பை சிறிய புளிப்புஷ்ணம்
வாத கோபந் துணித்தடங்கும்
வெம்பு பித்தந் தனைவளர்க்கு
மிரத்தம் வாங்கும் வேககருந்
தும்பை ருசிகைப் பாகுஞ்சீ
தளத்தை யடிக்குஞ் சோபையுடன்
அம்பொ னிணைச்செப் பனைமுலையா
யடிக்குஞ் சேற்றும விர்த்தியையே! 85

தும்பை சிறு புளிப்புச்சுவை உடையது. வாதத்தை நீக்கும், பித்தத்தை உண்டாக்கும். கருந்தும்பை, கைப்புச் சுவையுடையது. சீதளம், சோபை, சேற்றுமம் இவற்றை நீக்கும்.

ஆல், நாவல், வேங்கை

ஆல்சேற்று மத்தோ டதிசாரம்
விரண ரோக மதுதீர்க்கும்
மேலும் நாவல் கபபித்தம்
விரணந் துஷ்ட்ட விஷந்தீர்க்கும்
கோலி வளர்க்கும் வாயுவினை
வேங்கை யதுதி பனங்கொடுக்கும்
மால்சேர் பித்த வாதசிரோ
ரோக விரண மாத்திடுமே! 86

ஆலானது சேத்துமம், அதிசாரம், இரணம், இவற்றைத் தீர்க்கும்.

நாவல்பழம் கபபித்தம், விரணம், கடிவிஷம் இவற்றைப் போக்கும். வாயுவை வளர்க்கும்.

வேங்கையானது தீபனம் கொடுக்கும். பித்தம், வாதநோய், தலை நோய்கள், விரண நோய்கள் ஆகியவை நீங்கும்.

அரசு, விரிசு, பூவரசு

அரசு விரண ரோகம்பித்த
தோஷங் கிராணி விஷமகற்றும்
விரிசு சேற்றும வாதத்தை
விளைக்குஞ் சற்ப விஷந்தீர்க்குங்
கரிய கேசந் தனைவளர்க்கும்
விரணந் தீர்க்குங் காரிகைப்பூ
வரசு கைப்புத் துவருருஷ்ண
மாகும் விஷவி ரணந்தீர்க்கும்! 87

அரசு புண்கள், பித்த தோஷம், கிராணி, விஷம் இவற்றைப் போக்கும்.

விரிசு சேற்றும வாதத்தை உண்டாக்கும். பாம்பின் விஷந் தீர்க்கும்.

தலைமுடி வளர்க்கும், விரணந்தீர்க்கும். பூவரசு கைப்புச் சுவையுடையது. இது விஷத்தால் ஏற்பட்ட விரணங்களைத் தீர்க்கும்.

அத்தி, பேயத்தி

அத்தி விரண துஷ்ட்டகுன்ம
கபவா தத்தைய கற்றுமெய்யில்
வைத்த மாங்கிஷம் வர்த்திக்க
வளர்க்கும் விளைக்குஞ் சுக்கிலம்பே

யத்தி பாண்டு சோபை குஷ்டந்
தினவு விரண மின்றி ரத்த
பித்தங் கபதோ ஷமுந் தீர்க்கும்
பிறையைப் பழித்த நுதல ணங்கே! 88

அத்தியானது விரணம், துட்ட குன்மம், கபவாதம் இவற்றைப் போக்கி மாங்கிஷம் வளர்க்கும். சுக்கிலத்தைத் தோற்றுவிக்கும். பேயத்தி பாண்டு, சோபை, குட்டம், தினவு, விரணம், இரத்தபித்தம், கபதோஷம் இவற்றைப் போக்கும்.

கடம்பு, மருது

கடம்புநீர்க் கடம்பு சீத
கபம்வி ரணங்கள் போக்கு
மடர்ந்திடுங் கிரக சங்கை
யதைப்பெரும் பாடு தீர்க்கும்
தடம்பனை மருது சொல்லிற்
சயித்திய வஸ்த்து வாகு
முடம்புகு விரணத் தாக
மோட்டுமால் காட்டுங் கண்ணாய்! 89

நீர்க்கடம்பு சீதள குணமுடையது. கபம், இரணங்களைப் போக்கும். பெரும்பாட்டைத் தீர்க்கும்.

மருது சயித்திய குணமுடையது. இது புண் நீக்கும். தாகம் தீர்க்கும்.

வாகை, கருவாகை

வாகை கசப்புத் திரிதோஷ
சமனி உதர நோய்மாறுந்
தேக சோபை தினவு குட்டஞ்
சுவாச காசந் தீர்க்குமென்ன
தாக முதவுங் கருவாகை
பூதந் தவிர்க்குங் கபவாதம்
நாக விஷங்க ளெலிவிஷங்கள்
தீர்க்கு மன்ன நடைமயிலே! 90

வாகையானது கசப்புக் குணமுடையது. முத்தோடங்களையும் சமனாக வைத்திருக்கும்; வயிற்று நோயைத் தீர்க்கும். சோபை, தினவு, குட்டம், சுவாசகாசம் இவற்றைப் போக்கும். கருவாகையானது கபவாதம், நாக விடங்கள், எலிவிடங்களை நீக்கும்.

கருங்காலி, எட்டி

கருங்காலி வாதந் தீர்க்குந்
தந்தரோ கத்தைத் தீர்க்கும்
பொறுங்கருளை விழியா யெட்டி
கைப்புறு துவர்ப்பு புளிப்பாம்
வருங்கபந் தீர்க்குங் காச
மாற்றுமுட் கிருமி மாய்க்கும்
நொறுங்கிய சீத வாத
சுரத்தையும் நீக்குங் காணே! 91

கருங்காலி வாதத்தைத் தீர்க்கும், பல்வலியைப் போக்கும். எட்டி கைப்பு, துவர்ப்பு, புளிப்புச் சுவையையுடையது. கபத்தைத் தீர்க்கும். காசம், குடற்கிருமிகள், சீதவாத சுரம் இவற்றைப் போக்கும்.

இலவம்பிசின், முள்ளிலவம்பிசின்

இலவமது சீதள வஷ்த்துவெனுஞ்
சுக்கில சேற்றுமம் வளர்க்கு
மிலவம் பிசினார் சுரபேதி
யிரத்த தோஷந் தீரும்
இலவமே முள்ளிலவு வுஷ்ண
வஷ்த்து வெனலாம் வாதகப
மிலவ மிதளாய் விஷதோஷங்
கறனள் ரோக மிவைதீர்க்கும்! 92

இலவு சீதள குணமுடையது. சுக்கிலம், சேற்றுமம் இவற்றை வளர்க்கும். இலவம்பிசின் சுரம் பேதி, இரத்த தோஷம் இவற்றைத் தீர்க்கும். முள்ளிலவம்பிசின் உஷ்ண

செய்கையுடையது. வாதம், கபம், விஷதோடம் இவற்றைப் போக்கும்.

பெருமரம், அசோகு

பெருமரங் கைப்பு வஷ்த்தாம்
பேதியை யடக்குங் குட்டங்
குருதியைச் சீத பித்த
வாயுவைக் குறித்த டிக்கு
மருமல ரசோகு கைப்பு
மதுரமாம் யோனி ரோகம்
விரணமும் விஷமுந் தீர்க்கும்
வீரியம் வளர்க்கு மாதோ! 93

பெருமரம் கைப்புச் சுவையுடையது. இது பேதியை அடக்கும். குட்டம், குருதியைச் சீராக்கும். சீதம், பித்தம், வாயு இவற்றைப் போக்கும். அசோகு கைப்புச் சுவையுடையது. இனிக்கும் தன்மை கொண்டது. யோனி நோய்கள், விரணம், விஷம் இவற்றைத் தீர்க்கும். வீரியம் வளர்க்கும்.

தேக்கு, புன்னை

தேக்கு கைப்பாஞ் சேற்றுமத்தைத்
தீர்க்கு மந்தந் தனைத்தீர்க்கும்
போக்கும் பாண்டு ரோகசய
சுவாச மேகம் புறம்போக
நீக்கு மெலிந்த.... பலத்தைப்
புன்னை நிகழ்த்திர் சயித்தியமுண்
டாக்கும் விஷவி ரணங்களுக்
காகாது காதை யடற்கண்ணாய்! 94

தேக்கு கைப்புச் சுவையுடையது. இது சேற்றுமம், மந்தம், பாண்டு, சயம், சுவாசம், மேகம் இவற்றை நீக்கும்.

புன்னை சயித்தியமுண்டாக்கும். விஷவிரணங்களுக்கும் புன்னை ஆகாது.

புங்கு, வரப்பிராய், நீர்ப்பிராய்

புன்கு கசப்பாங் கபவாதம்
பூதப் பேய்கள் புழுவிரணம்
வன்பீ லிகையி னொடுநிதம்ப
ரோக மாற்றும் வறட்பிராய்
தென்பூங் கிளியே நீர்ப்பிராய்
இரண்டுந் துவர்ப்பாஞ் செவிவிரண
மென்பதனை யெல்லா மடங்க
வடக்கும் பித்த மெழும்பிடுமே! 95

புங்கு கசப்புச் சுவையுடையது. இது கபவாதம், வயிற்றுப்புழு, விரணம், பீலிகை, நிதம்பநோய் போன்றவற்றை மாற்றும் குணமுடையது. வறட்பிராய், நீர்ப்பிராய் இரண்டும் துவர்ப்புச் செய்கையுடையன. இவை செவிப் புண்களை ஆற்றுங்குணமுடையது. பித்தத்தை உண்டாக்கும்.

இச்சி, கல்லிச்சி

இச்சிச் சாரறு சீதளமாந்
துஷ்ட்ட சோபை தனைத்திர்க்கு
மிச்ச மான பித்தகுணம்
சயரோ கத்தை விலக்குங்கல்
லிச்சி கசப்புத் துவர்காட்டும்
பாண்டு சோபை யருங்குஷ்டம்
மச்ச வகுத்துங் கபங்கிருமி
பிளவை மேக மற்றிடுமே! 96

இச்சிச்சாறு சீதள குணமுடையது. இது சோபையை நீக்கும். பித்தம், சயரோகம் இவற்றை நீக்கும். கல்லிச்சி கசப்பும் துவர்ப்பும் சேர்ந்த தன்மை கொண்டது. இது பாண்டு, சோபை, அரிய குட்டம், கிருமி, கபம், பிளவை, மேகம் போன்ற நோய்களைப் போக்கும்.

ஆடுதின்னாப் பாளை

அயந்தொடாப் பாளை கைப்பாங்
குட்டம் பீலிகை யடிக்கும்
வியன்பெறு வாத குன்ம
மோதர மூல மிவைவிலக்கு
மியங்கிய கிருமி போக்கி
யிடுநெஞ்சு வலியைத் தீர்க்கும்
பயந்த துவிடங் கோனாக
படங்கடி தடங்கண் மாதே! 97

ஆடுதொடாப்பாளை எனும் இச்செடி கைப்புச் சுவை யுடையது. இது குட்டம், பீலிகை, வாதகுன்மம், மூலம் இவற்றைப் போக்கும். வயிற்றுக் கிருமிகளை அழிக்கும். நெஞ்சுவலி நீக்கும்.

சைவலம், சகதேவி

சைய்வலம் பானீய வல்லி யிலைக்கொடி
யென்றும் பேராஞ் சத்தி சேற்றும
மெய்வரு குட்டந் தினவு ...
விஷசுரம் பிரமேகம் விரணந்தீர்க்கு
மைவிழி யாய்கேள் சகாதேவி
சுரந்தீர்க்கும் ரெத்தபித்த மாற்றுந்
தெய்வ வடிவெனத் தேக காந்தி
தருங்கா சத்தைத் தீர்க்குங்காணே! 98

பானீய வல்லி, இலைக்கொடி என்பன சைவலத்தின் மறுபெயர்களாம். வாந்தி, சேற்றுமம், குட்டம், தினவு, விஷசுரம், பிரமேகம், விரணம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

சகதேவி எனும் நெய்ச்சிட்டி சுரம், இரத்த பித்தம், காசம் இவற்றைத் தீர்க்கும். உடலுக்கு ஒளியையும் மெருகையும் கொடுக்கும்.

முடக்கறுத்தான்

முடக்கொற்றான் குருஞ்சீத வஷ்த்து வாகு
மூத்திர தோஷமி ரத்தபித்தந் தீர்க்கு
முடற்பற்று விரணங்கா மாலைக் காகா
துரைத்தபலா சம்வீச முட்டிணங் கைப்பா
மிடற்றுற்ற கபவாத மூலஞ் சூலை
மெய்த்துவக்கு தோஷங்கிருமி தோஷந் தீர்க்குங்
குடத்தைப்போற் குவட்டையிள நீரை யானைக்
கொம்பைவென்று வம்பையடர் கொங்கை மாதே! 99

முடக்கறுத்தான் சீதள காரிகையுடையது. மூத்திரதோஷம், இரத்தபித்தம், விரணம், காமாலை இவற்றைப் போக்கும்.

பலாசம் விதை வெப்பமூட்டும் குணமுடையது. கைப்புச் சுவை உடையது. கபவாதம், மூலம், சூலை, தோஷம், கிருமிதோஷம் இவற்றையும் போக்கும்.

ஈசுரமூலி, மயூரச் சிகை

ஈசுர-மூலி யுஷ்ணமாந் துவர்கைப்
பிகல்விஷங் குட்டந் திரிதோஷம்
நாசமாம் வகையே செய்திடும்
மயூரசிகை கைப்பாங் கபந்தனைநலியும்
பேசதி சார முடலெரி
விரத்த பித்தமொடு சுரந்தீர்க்கு
மாசிவவெண் முறுவற் தேசிகவதன
மடமொழித் தடவிழி மயிலே! 100

ஈசுரமூலி வெப்பத் தன்மை உடையது. துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. விஷம், குட்டம், திரிதோஷம் இவற்றை நீக்கிவிடும்.

மயூரச்சிகை கைப்புச்சுவை உடையது. கபம், அதிசாரம், உடலெரிவு, இரத்தபித்தம், சுரம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

சூரியகாந்தி, செண்பகமுகிழ்

சூரிய காந்தங் கைக்கு முஷ்ணமதாஞ்
சோபை பாண்டுறு சுரந்தீர்க்கு
மாறுதம் போக்கும் பீலிகை குட்டம்
மாற்றிடுந் தீபனந் தருமால்
வெறியுளருஞ் சண்பக முகிள்கைப்புத்
துவாசிரோ ரோகத்தை விலக்குஞ்
சொறிசேற் றுமத்தைப் பித்தசேற் றுமத்தைச்
சுராதி சாரத்தினை மாற்றும்! 101

சூரியகாந்தம் எனும் சூரியகாந்தி வெப்பச் செய்கை யுடையது. கைப்புச் சுவையுடையது. சோபை, பாண்டு, சுரம் இவற்றை நீக்கும். பீலிகை, குட்டம் இவற்றைப் போக்கி பசியை உண்டாக்கும்.

செண்பகமுகிழ் கைப்புச் சுவையுடையது. துவர்ப்புத் தன்மை கொண்டது. தலைநோய்களைப் போக்கும். சொறி, சேற்றுமம் நீக்கும். பித்த சேற்றுமத்தையும், சுர வகைகளையும் இது போக்கும்.

திராய், திராய்வேர்

திராயது குணங்கேள் கைப்புச்
சாதுவாஞ் சேற்ம பித்த
வராதிஞ் சேவடிக்கு மூத்திர
தோஷத்தை விஷத்தை மாற்று
மிராநின்ற கிருமி போக்கு
மிறுமுகி ழுறும்போர் வல்லி
திராயது மூலம் நேத்திர
ரோகங்கள் தீர்க்குங் காணே! 102

திராய் கைப்புச் சுவையுடைய சாதுவான இயல்புடையது. இது சேத்தும பித்த வாதம், மூத்திர தோஷம், விஷம் இவற்றைப் போக்கும். வயிற்றிலுள்ள பூச்சிகளை இத்திராய் போக்கும். திராய் வேர் நேத்திர ரோகங்களைத் தீர்க்கும்.

கச்சந்திராய்

கச்சந் திராய்கைப் பாம்விஷ
சுரமும் விஷமுங் கடித்தொட்டு
மச்சப் படாது ரத்தபித்த
வாயுத் தீர்க்கு மணங்கேகேள்
மிச்சப் படுகம் மந்திரா
அருசியாந் தோஷ சுரம்விலக்கு
மிச்சைத் தாகஞ் சத்திய்யா
மூர்ச்சை பிரமை இவைதீர்க்கும்! *103*

கச்சந்திராய் கைப்புச் சுவையுடையது. விஷசுரம், விஷம், இரத்த பித்தம், வாயு இவற்றைக் கச்சந்திராய் போக்கும். வாயு, உணவில் விருப்பமின்மை, தோஷசுரம், தாகம், விக்கல், மூர்ச்சை, பிரமை இவற்றைப் போக்கும்.

தேவதாரு

தேவ தாரி சிறுகைப்பாந்
தீர்க்க உஷ்டணந் தருவஷ்த்து
மேவுஞ் சேற்ம ரோகத்தை
மிகுந்த வர்ம தோஷத்தைத்
தாவி யோட வொட்டுமுடல்
வலியும் பிரமேக முந்தவிர்க்குங்
காவி மலரைச் சகோரத்தைக்
கடுவை வடுவை நிகற்கள் ளாய்! *104*

தேவதாரம் சிறு கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்பச் செய்கை கொண்டது. மேலும் சேத்தும ரோகத்தைப் போக்கும். வர்ம தோஷங்களையும், உடல்வலி, பிரமேகம் இவற்றையும் தவிர்க்கும்.

தாமரைக் கிழங்கு

கஞ்சங் கிழங்கு சிறுகைப்பாந்
தீட்சணோ டசனமாங் காச
மஞ்சத் துரத்தும் வாந்திசுர
வருசி தோகை யதுமாற்று
மிஞ்சொட் டாது கபவாத
மடக்குங் கடல்குள் விளைந்தெழுந்த
நஞ்சைச் சூழ்ந்த வழுதனலாய்
கறுத்த வெளுத்த நயனத்தாய்! 105

கஞ்சம் எனும் தாமரைக்கிழங்கு சிறு கைப்புச் சுவை உடையது. வெப்பச் செய்கையுடைய இக்கிழங்கு சமைத்து உண்ணவல்லது. காசம், வாந்தி, சுரம், அரூசி இவற்றை மாற்றும். கப வாதம் போக்கும்.

நெல்லிக்காய், தான்றிக்காய்

நெல்லிக்காய்த் துவர்ப்புளிப் புச்சயித் தியமாம்
பயித்தியத்தை அடிக்கும் வருஞ்சுரங்கள் நீக்குஞ்
சொல்லிலொன் றோதிரி தோஷந்தீர்க்குந் தான்றிக்காய்
கைப்பாங் கொஞ்சச் சீதளமாந் துண்டத்
தல்லலுற வருரோகம் நயன ரோகமது
கண்டத்துறு ரோக மனைத்துந் தீர்க்கு
மல்லையில் மாபிலன் கொடுக்கும் மயிர்வளர்க்கும்
மணைமலைபொற் பனைமுலைச் சிற்றிடை மின்னாளே!
106

நெல்லிக்காய் துவர்ப்பும் புளிப்பும் உடையது. சீதளத்தைக் கொண்டு வரும். பித்தம் போக்கும். சுரங்கள், திரிதோஷம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

தான்றிக்காய் கைப்புச் சுவையுடையது. சற்று சீதளமுடையது. கழுத்து நோய்கள், கண்ணோய்கள் அனைத்தையும் தீர்க்கும்.

தக்காளி

தக்காளி கைப்பா முஷ்ணந்
தரும்பாண்டு சோபை தீர்க்கு
மக்கினி மந்தஞ் சேற்ம
மடிக்குமெய்க் கடுப்பு மாற்று
மிக்கான பிரமை தீர்க்கும்
வெங்கனி நோவு போக்கு
மிக்குரு பாகுந் தேறுங்
கைப்பு விளிக்குஞ் சொல்லாய்! 107

தக்காளி கைப்புச் சுவையுடையது. வெப்பந்தரக்கூடிய பாண்டு, சோபை, இவற்றைத் தீர்க்கும். அக்கினி மந்தம், சேத்துமம் நீக்கும். உடல் கடுப்பை மாற்றி பிரமையை அகற்றும்.

கடுக்காய்

கடுக்கா யக்கிவிந்து பிலமாயி சுண்டாங்
காய சித்தியாம் விஷமேறாது குட்ட
மிடுக்கான விஷசுரம் பாண்டு சேற்றும
மேக நெஞ்சுவலி மலக்கட் டிளைப்புசத்தி
துடுக்கான வதிசாரங் கிராணி மூலஞ்
சூலை யுடல்வலி நேத்திரங் கபாலரோக
மிடுக்கான மந்தங் காமாலை யுதரரோக
மிவைபோந் திரிதோஷந் செய்வஷ்த்து வீதே! 108

கடுக்காய் விந்துவைப் பலப்படுத்தும். இது ஒரு காய கற்ப பொருளாகும். கடிவிஷங்கள், குட்டம், விஷசுரம், பாண்டு, சேற்றும நோய்கள், மேகம், நெஞ்சுவலி, மலக்கட்டு, இளைப்பு, வாந்தி, அதிசாரம், கிராணி, மூலம், சூலை, உடல்வலி, கண், தலை நோய்கள், மந்தம், காமாலை, வயிற்று நோய், திரிதோடம் போன்ற பலநோய்களைப் போக்கும்.

முந்திரிக்கனி, பேரீச்சங்கனி, சிற்றீச்சங்கனி

முந்திரிகைக் கனியிரண்டு மதுர வஷ்த்து
சிதளமாந் தாகசய முதிர சுவாசம்
வந்தரத்த பித்தசுரந் தீர்க்கும் பேரீச்சங்
கனியு மதுரமா மாந்த வஷ்த்து
வந்தரத்த பயித்தியமு மருட்சை உஷ்ண
மதுதீர்க்கும் வாதகப மதிக மாக்குங்
கந்தமலர் குழலணங்கே கேள்சிற் றீச்சங்
கனிமதுரம் வாதபித்தங் கடியுங் காணே! 109

இரண்டு வகை முந்திரிக் கனிகளும் இனிப்புச் சுவை யுடையன. சீதளக் குணமுடைய இக்கனி தாகம், சயம், சுவாசம், இரத்தபித்தம், சுரம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

பேரீச்சங்கனி இனிப்புச்சுவையுடைய ஆனால் மாந்தம் ஏற்படுத்தக்கூடிய கனி. இரத்தபித்தம், ரூட்சை, உஷ்ணம் இவற்றைத் தீர்க்கும். வாத, கபங்களை அதிகமாக்கும்.

சிற்றீச்சங்கனி இனிப்புச் சுவையுடையது. இது வாத பித்த நோய்களைக் கட்டுப்படுத்தும்.

நேர்வாளம்

நேர்வாளங் கைப்புவஷ்த்து தீட்சணோ டசனம்
நெடுங்கிருமி களைவிரட்டும் பேதி காட்டுந்
தீராத வுதரரோ கங்கள் தீர்க்குந்
தீபனமுண் டாக்குங் கல்லடைப்பைப் போக்குஞ்
சார்வான கபவாத மாற்றுஞ் சூலை
தனையடிக்கும் விரணத்தைத் தவிரா நிற்கும் வெகுசுரங்
வேரான ரோகமூ லத்தை யோட்டும்
கடனை நீக்கும் வெறுகண் மாதே! 110

நேர்வாளம் கைப்புச் சுவையுடையது. இது உஷ்ண செய்கை உடையது. இது வயிற்றுக் கிருமிகளை அகற்றி பேதி உண்டாக்கும். தீராத வயிற்று நோய்களைத் தீர்க்கும்.

பசி உண்டாக்கும். கல்லடைப்பை நீக்கும். கப, வாத பிணி களை மாற்றும். சூலை, விரணம், மூலம், சுரம் இவற்றைப் போக்கும்.

மஞ்சிட்டி

மஞ்சிட்டி மதுர மிக்க
ருசிகர முஷ்ண வஷ்து
மிஞ்சுற்ற கபவே கத்தை
யடக்குமெய் விரணந் தீர்க்கும்
வஞ்சப் பிரமேகங் கிராணி
பெரும்பாடு குருத்து வங்க
ளஞ்சச்செய் மூலநோய் நேத்திர
ரோக மனைத்தும் போக்கும்! 111

மஞ்சிட்டி இனிப்புச் சுவையுடையது. வெப்பச் செய்கை யுடையது. மிகுந்த கபம், உடலில் ஏற்பட்டபுண் இவற்றைத் தீர்க்கும். பிரமேகம், கிராணி, பெரும்பாடு, வாதம், மூலநோய், நேத்திரநோய் போன்ற நோய்களைக் குணமாக்கும் வல்லமை மஞ்சிட்டிக்கு உண்டு.

சிற்றரத்தை, பேரரத்தை

சிற்றரத்தை கைத்திருக்கு முஷ்ட்டிண வஷ்துத்
தீர்க்குமைய உப்பிசத்தைக் காசந் தீர்க்கு
மற்றவிஷ வாதமுடன் சோபை வாத
மாற்றும்பே ரரத்தையுமோ உஷ்ட்டிண மாகும்
சற்றுமலம் பேதிபண்ணுஞ் சோபைவர தோதா
சேற்றும விஷகாசந் தன்னைத் தீர்க்கும்
பொற்றிடக்கைச் சிற்றிடைப்பிற் பூத்த கொங்கைப்
புத்தமுத மொத்தமொழிப் பூவை அன்னாய்! 112

சிற்றரத்தை கைத்திருக்கும். இது வெப்பமூட்டும் குணமுடையது. உப்பிசம், காசம், சிறுவிஷக்கடிகள், வாதம், சோபை போன்றவற்றைக் குணப்படுத்தும்.

பேரரத்தையும் உஷ்ட்ண செய்கை உடையது. சிறிதளவு பேதியை உண்டுபண்ணும், சோபை, சேற்றுமம், விஷகாசம் போன்றவற்றை அகற்றும்.

வெண்சிவதை

வெள்ளைச் சிவதை மதுரமதாம்
வெய்ய உஷ்டணா திகவஷ்தா
முள்ள சேற்றும வினையறுக்கு
முயர்ந்த வாயு வினையடிக்குந்
தள்ளற் கரிய ரூட்சைதனைத்
தவிர்க்கு முகதா மரைக்கண்ணே
துள்ளிக் குமிளில் மறிந்தோடி
வள்ளைக் குழையைத் தொடுங்கண்ணாய்! 113

வெள்ளைச் சிவதை இனிப்புச் சுவை உடையது. வெப்பச் செயல் உடையது. சேற்றும நோய், வாயு, ரூட்சை போன்றவற்றைப் போக்கும்.

கரிய சிவதை

கரிய சிவதை கைப்பதி
உஷ்ண மாகுங் கபமாற்றும்
விரணஞ் சோபை பாண்டுதற்
மேவு பீலிகையும் போக்குங்
கிருமியா மந்தனை விரட்டும்
பேதி காட்டுங் கேள்கிளர்பொற்
குறுக்கு முரலுஞ் செங்காந்தள்
கொஞ்சும் மழலை பைஞ்சுககமே! 114

கரிய சிவதை கைப்பு அதிகமுடையது. வெப்பச் செயல் உடையது. இது கபம், விரணம், சோபை, பாண்டு, பீலிகை இவற்றைப் போக்கும். கிருமிகளைப் போக்கி மந்தத்தை நீக்கி கழிச்சலை உண்டாக்கும்.

செவ்வியம், கொத்துமல்லி

செவ்விய முஷ்ணாதி வஷ்தாந் துவர்ப்பாந்
தீபன முண்டாக்கும் குன்மசூலை தீர்க்கும்
வெவ்விய வக்கினி காட்டும் வாதசேற்றும
வேகத்தை முறிந்தடக்குங் கிருமி போக்கு
மவ்விதன்றிக் கொத்தமல்லிச் சாது வஷ்த்து
சிறுவாசம் ருசிகரமா யிருக்குஞ் செய்ய
கொச்சையிதழ் மாதுமனோ ரம்மிய மாகுங்
கொடியவிக்கல் சுரங்கள் தாகங் தீர்க்கும்! *115*

செவ்வியம் வெப்பக் குணமுடையது. துவர்ப்புச் சுவை உடையது. இது பசியை உண்டாக்கும். குன்மசூலை, அக்கினி இவற்றைப் போக்கி வாத சேற்றும வேகத்தை அடக்கும். வயிற்றுக் கிருமிகளைப் போக்கும்.

மென்மைக் குணமான கொத்துமல்லி வாசனையோடு, சுவையாகவும் இருக்கும். இது விக்கல், சுரம், தாகம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

கடுகுரோகணி

கடுகு ரோகணி கைப்பாகுஞ்
சீதள காசம் போக்கும்
முடுகிய பேதி காட்டு
முழுவிடிச் சுரமுந் தீர்க்கும்
அடுப்பெறும் பிலனுண் டாக்கு
மரோசிகஞ் சத்தி மாத்தும்
வடுவகி ரனைய புண்கள்
மழகிளி மழலைச் சொல்லாய்! *116*

கடுகுரோகணி கைப்புச் சுவையுடையது. சீதள குணமுடைய கடுகுரோகணி காசம் போக்கும். பேதி உண்டாகும். சுரந்தீர்க்கும். உடம்பில் பலத்தை ஏற்படுத்தும். அரோசிகம், வாந்தி, அடையாளத்தை ஏற்படுத்தக் கூடிய ஆழ்ந்த புண்கள் இவற்றையும் நீக்கும்.

செங்கடுகு, வெண்கடுகு, திப்பிலி

செங்கடுகு வெண்கடுநீர் திப்பிலி
கடுகினொடு செங்கடுகு துவர்கார்ப்பாம்
வாயுகபஞ் சோபை முடுகுகிறக்
குலையுடல் வலிநீர்தோஷ முறிந்திடும்
வெண்கடுகு துவர்கைப்பாஞ்
சேர்தினவு குட்டம் விஷங்கடியும்
வழுவுண் கனிநீர் திப்பிலி
கைப்பாகு வாத கபமாற்றும்! 117

செங்கடுகு துவர்ப்பும், கார்ப்பும் தன்னுள் கொண்டது. வாயு, கபம், சோபை, குடல் மற்றும் உடல்வலி நீக்கி நீர்த்தோடத்தை முறித்திடும். வெண்கடுகும் துவர்ப்பும், கைப்பும் கொண்ட சுவையுடையது. தினவு, குட்டம், விஷக்கடி போன்றவற்றைப் போக்கும். திப்பிலி கைப்புச் சுவையுடையது. வாத, கப நோய்களைப் போக்கும்.

வாய்விளங்கம்

வாய்விளங்க முஷ்ணாதிகங் கைப்புறு வஷ்த்து
வாயு வையத்தை மந்ததோஷத் தினைமாற்றுந்
தீயவெவ் விடங்கிருமி மந்தாக்கினி தீர்க்கும்
பாயுவேற் குரையேனன்மை யெழுது மம்பகத்தாய்! 118

வாய்விளங்கம் வெப்பத்தை அதிகமாக உண்டாக்கக் கூடியது. கைப்புச் சுவை உடையது. வாயு, மந்த தோஷம், குடற்கிருமிகள், மந்தாக்கினி இவற்றை வாய்விளங்கம் நீக்கும்.

வாலுளுவை, சிவத்த வாலுளுவை

வாலுளுவை கைப்புவஷ்துத் தினவு தீர்க்கும்
வாத சேற்றுமங் காசசுவாசந் தீர்க்கும்
வாலுளுவை செவப்பதிக கைப்பா தீட்சணோ
டசனங் கபந்தீர்க்கும் வாந்தி தீர்க்கும்

மேலிருகுங் காயசித்தி யாக்கும் வாதோதந்
தீர்க்கும் விரோசிக்கும் விரணந் தீர்க்கும்
மாலமென் நீலமென் வெல்சே லென்ன
வஞ்சகமிட் டிலங்கிய சேயரிக்கண் ணாளே! 119

வாலுளுவை கைப்புச் சுவையுடையது. இது தினவைத் தீர்க்கும். வாத, சேற்றுமம், காச சுவாசம் தீர்க்கும்.

சிவப்பு வாலுளுவை அதிக கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்பத்தன்மையோடு உணவாகும் இயல்புடையது. இது கபம், வாந்தி இவற்றை நீக்கி காய சித்தியை உண்டாக்கும். வாதம் தீர்க்கும், விரோசிக்கும். விரணம் தீர்க்கும்.

செங்கழுநீர்க் கோஷ்டம், ரேணுகம்

செங்கழுநீர்க் கோஷ்டம் கைப்பாந்
.... திரிதோஷந் தீர்க்கும்
வெங்கொடுங் குட்டம் போக்கிஞ்
சுரதாபம் விலக்கும் ரேணு
கங்குணஞ் சலவை யயாந்
தாகம்பழங் காச்சல் தீர்க்கு
மங்கமேற் றினவு போக்கு
மாறாட்ட மாற்று மின்னே! 120

செங்கழுநீர்க் கோட்டம், கைப்புச் சுவையுடையது. இது திரிதோடத்தைப் போக்கும். குட்டம், சுரம், இவற்றை அகற்றும். ரேணுகம் எனும் காட்டு மிளகு தாகம், நீண்டநாள் குணமாகாமல் இருக்கும் சுரம், உடற்றினவு போன்றவற்றைப் போக்கும்.

சாதிக்காய், சாதிபத்திரி

சாதிக்காய் கைப்பாந் தேக
சுகவுஷ்ணம் பிலனைத் தந்தே
வாதிக்குங் கிராணி போக்கு
முகரோகம் வாயு தீர்க்குஞ்

சாதிப் பத்திரி துவர்ப்பா
முஷ்ணந் தீபனத் தைத்ததே
சோதிக்கும்............. வாயுவைச்
சுந்திர முகத்தி னல்கும்! 121

சாதிக்காய் கைப்புச்சுவையுடையது. உடம்பை மிதமான வெப்பநிலையில் வைக்கக் கூடியது. பலம் கொடுக்கும், கிராணி போக்கும், முகநோய்கள், வாயு இவற்றைத் தீர்க்கும். சாதிபத்திரி துவர்ப்புக் குணமுடையது. வெப்பத்தை ஏற்படுத்தக் கூடிய சாதிபத்திரி பசியை உண்டாக்கும்; வாயுவைப் போக்கும். முகத்திற்கு அழகைக் கொடுக்கும்.

அதிமதுரம், நீரதிமதுரம்

அதிமதுரம் மதுரஞ் சீதளவஷ்த் தாகும்
அதிகதாகந் தீர்க்கும் பித்தாதிகத்தைப்போக்கு
முதிரசோபை சயந்தீர்க்கும் வாந்தி மாற்று
முருகுஷ்ண சத்தியையுந் தவிர்க்கு மேநீ
ரதிமதுரம் பால்வர்ண மாகுஞ்
சலக்கட்டு வாத பித்தந்தனைத் தீர்க்கு
மதிமதி கெட்டுடல் தெய்பயம் புகுத
வனசமுக வெளில்கிடைத்து வந்த பாவாய்! 122

இனிப்பு மிக்க அதிமதுரம் சீதள குணமுடையது. இது அதிதாகத்தைத் தீர்க்கும். பித்தம் போக்கும். இரத்த சோபை, சயம், வாந்தி, உடலின் அதி வெப்பம் இவற்றை நீக்கும்.

நீரதிமதுரமானது சலக்கட்டு, வாதபித்தம் இவற்றை நீக்கும். உடற்கு நலமுண்டாக்கி அறிவைத் தரும்.

இலவங்கப்பட்டை, இலவங்கப்பத்திரி

இலவங்கப் பட்டை துவர்கைப்பாஞ் சீத
சுவாசகாசந் தீர்க்கு மிரத்த பித்த
மலபங்க வதிசார மிவைகள் போக்கும்
வாசமது வாசமாம் வஷ்த்து வாமால்

இலவங்கப் பத்திரி கைப்பாஞ் சுவாச
மிரத்ததோஷங் காச வாதந் தீர்க்கு
மலதங்கத்தின் வடகருஞ் சிரரோகங்கள் போக்கு
மதிதீ பனமுண் டாக்கு மின்னே! 123

இலவங்கப்பட்டை துவர்ப்பும் கைப்பும் கொண்டது. சீதள குணமுடைய இலவங்கப்பட்டை சுவாசகாசம், இரத்த பித்தம், மலக்கட்டு, அதிசாரம் இவற்றைக் குணப்படுத்தும். இது வாசனை மிக்குடையது.

இலவங்கப்பத்திரி கைப்புச் சுவையுடையது. இரத்த தோஷம், காசம், வாதம் இவற்றைப் போக்கும். பசியுண்டாக்கும் தலைநோய்களைப் போக்கும்.

தாளிசபத்திரி

தாளிச பத்திரி சயஞ்சுவாச காசஞ்
சிரோரோக மருசி தினவிவை தவிற்றால்
கோளறவே தீபன முண்டாக்குங் கொஞ்ச
வாள்வடிக்குந் தவடதீ ரிக்கு ணத்தைக்
கேளினிய மதுரமாம் பித்த காசஞ்
சயம்வாந்தி சுவாச வாதங் கெடுக்கும்
வாள்விழியா யுஷ்ணமொடு விரணந் தீர்க்கும்
வாய்ருசியைச் சுரத்தை மாற்றுங் காணே! 124

தாளிசபத்திரி சயம், சுவாசகாசம், தலைநோய், அருசி, தினவு இவற்றை நீக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

இது இனிப்புச் சுவை உடையது. பித்த காசம், சயம், வாந்தி, சுவாசம், வாதம், உஷ்ணம், விரணம், சுவையின்மை, சுரம் ஆகியவற்றை நீக்கும்.

சரளதேவதாரு

சரளஞ் சிறுகைப் புஷ்ணவஷ்து
தய்யல் பெரும்பா டதுதீர்க்கும்
விரவு வாத கபமடக்கு
மிடறு தொனியுண் டாக்குவிக்குஞ்
சிரசு ரோகஞ் செவிவிரணந்
தீர்க்கு மர்மந் தனைத்தீர்க்குங்
கரடக் களிற்று மருப்பைவட
பொருப்பை வென்ற கனதனத்தாய்! 125

சரளதேவதாரு சிறுகைப்புச் சுவையுடையது. வெப்பத் தன்மை உடையது. இது பெண்கட்கு வரும் பெரும்பாட்டு நோயைத் தீர்க்கும். வாத கபங்களை அடக்கும். குரல் இனிமைபெறும். தலைநோய், செவிப்புண்கள் ஆகியவற்றைத் தீர்க்கும்.

அதிவிடையம்

அதிவி டையங் கைப்பா
முஷ்ட ணாதிக வஷ்த்து
.... காச முடனேயாம்
வதிசார மதையுந் தீர்க்கு
முதிர்பித்த கபசு ரங்கள்
விஷ்த்தி முடுகி யோட்டு
மதிமுக கருங்கட் செவ்வாய்
வெண்ணகை வல்லி நல்லாய்! 126

அதிவிடையம் கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்ப செய்கை உடையது. காசம், அதிசாரம், பித்த கப சுரங்கள், கடிவிஷங்கள் போன்ற நோய்களை நீக்கும்.

ஏலம்

ஏலம் பெரிய ஏலமிவை
இரண்டுஞ் சிறிய துவர்காழ்ப்பாம்
வாலை உஷ்ட்டண சயித்தியமா
முஷ்ண மஷ்தி வறச்சிதள்ளு
மேலின் தினவு கிருமிபித்த
வாத கபத்தை வெகுண்டெரிக்குங்
கோல மலர்போல் முகக்காந்தி
கொடுக்குஞ் சீத தவிர்த்திடுமே! 127

ஏலம், பெரிய ஏலம் இவை இரண்டும் சற்று துவர்ப்புக் குணம் உடையது. காரத்தன்மையைக் கொண்டது. இது உஷ்ட்ணம், சயித்தியம் இவற்றை உண்டாக்கும். எலும்பு வறட்சி, உடல் தினவு, குடற்கிருமி, பித்த, வாத கபங்கள் இவற்றைப் போக்கும். குளிர்ச்சியை அதிகப்படுத்தும் முகப்பொலிவையுண்டாக்கும்.

திப்பிலி, ஆனைத்திப்பிலி

திப்பிலி காழ்ப்புட வெப்பாங் குன்மந்
தீர்க்குந் திரிதோஷம் உடற்றினவு தீர்க்கும்
வெப்பமுறு சுரந்தீர்க்கு முதர ரோகம்
விக்கல்சன்னி சீதளத்தை விலக்கு மானைத்
திப்பிலிசிற் றுவர்ப்பு சாது வஷ்த்து
தீர்க்க உஷ்ட்டிணம் பிலன்கொடுக்கு மிளைப்புதீர்க்குந்
தப்பவிடா தாவடிக்குங் கிருமி கூட்டந்
தனைவாத மடக்கும்வாத தடங்கண் மாதே! 128

திப்பிலி கார்ப்புச்சுவையுடன் வெப்ப குணமுடையது. இது குன்மம், திரிதோடம், உடற்றினவு இவற்றைத் தீர்க்கும். சுரம், வயிற்றுநோய்கள். விக்கல், சன்னி, சீதளம் இவற்றைப் போக்கும், ஆனைத்திப்பிலி சற்று துவர்ப்புடையது. மென்மை குணம்கொண்டது. வெப்பம் தவிர்த்து உடல் பலத்தைப் பெருக்கும். இளைப்பு, குடற்கிருமிகள், வாதம் இவற்றைப் போக்கும்.

திப்பிலி மூலம்

திப்பிலி மூல முஷ்ண
மதிகந் துவர்ப்பின் வஷ்த்தா
மொப்பில் சேற்றும விகாத
மொழித்திடும் வாதந் தீர்க்கும்
மெய்படு கிருமி போக்கு
மருசியை விலக்குங் கோலச்
செப்புரள் முலையாய் கேண்மோ
தீபனாக் கினியை மூட்டும்! 129

திப்பிலி மூலம் அதிகமான வெப்பத்தன்மையையும் துவர்ப்புச் செய்கையையுமுடையது. சிலேத்தும விகாரங் களையும் வாதத்தினையும் போக்கும். கிருமிகளை நீக்கும். சுவையின்மையைத் தீர்க்கும்.

சீரகம், கருஞ்சீரகம்

நற்சீரகந் துவர்கைப் புஷ்ண சீத
நறுமண மோரம்மிய வஷ்த்து வாகுந்
துற்கிருமி கபவாயு பித்த முஷ்டணந்
துலைக்கு மருசியைப் போக்கும் விகாரந்தீர்க்கு
முற்றகுன்மந் தனைமாற்றுங் கரிய சீரகங்
கசப்பொடு குதித்துவர்ப்பா முஷ்ட்டிண வஸ்த்து
முற்றிய வாயுவை அடிக்கில் கபத்தைத் தீர்க்கு
முரல்வெண் முத்தத்தொடு செம்முத்தத் தானே! 130

நற்சீரகம் துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. வெப்பத் தன்மையுடைய இது நறுமணமிக்கது. கிருமிகள், கபவாயு, பித்தம், வெப்பம் இவற்றைப் போக்கும். சுவையின்மையைப் போக்கி விகாரங்களைத் தீர்க்கும். குன்ம நோயைப் போக்கும்.

கருஞ்சீரகம் கசப்பும் துவர்ப்பும் கொண்ட வெப்பமான பொருள். வாயு, கபம், உடல் அரிப்பு இவற்றைப் போக்கும்.

ஓமம், குரோசாணி ஓமம்

ஓமமு முஷ்ட்டிணா திகமாந்
தீபன முண்டாக்குங் கபவாயு
வாமங் கிருமி சூலைகுன்மம்
சூலை போக்குங் குரோசாணி
ஓமம் சிறுகைப்புந் தாளப்பா
முஷ்ட்டிண வஷித்தாங் கபம்போக்குந்
தேமன் குழலா யதிசார
முஷ்ட்டிண வாயு தீர்த்திடுமே! 131

ஓமம் வெப்ப குணமுடையது. இது பசித் தூண்டி செய்கையுடையது. கபவாயு, கிருமிகள், சூலை, குன்மம் இவற்றைப் போக்கும்.

குரோசாணி ஓமம் சிறிது கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்பச் செய்கையுடையது. இது கபத்தைப்போக்கும்.

சுக்கு, மிளகு

சொண்டி உஷ்ட்டிணஞ் சிறுகாழ்ப்பாஞ்
சோபை தேக வல்லிமந்த
மிண்டு கபம்வா தோதாஞ்
சுவாச மருசி சுரம்விலக்குங்
கொண்ட காளப்ப மரீசியுஷ்ட்டிண
சலவை யாகுங் கொடுஞ்சேத்ம
மண்டு கிருமி நீரேற்றம்
வாய்வொடு பீனசந் தீர்க்கும்! 132

சுக்கு வெப்பச்செய்கையையும் காரச்சுவையும் கொண்டது. சோபை, உடல்வலி, மந்தம், கபம், வாதம், சுவாசநோய், சுவையின்மை, சுரம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

மிளகு சுவையின்மை, வெப்பம் போக்கும். சிலேத்துமம், கிருமி, நீரேற்றம், வாயு, பீனசம் இவற்றைத்தீர்க்கும்.

சதகுப்பை, காட்டுச்சதகுப்பை

சதகுப்பை உஷ்ட்டிண வஷ்த்து
சேற்றும வாதங்கள் வாந்தி
இதமற்ற விரணங் கண்ணோய்
சுரந்தீர்க்கு மிப்பாற் காட்டுச்
சதகுப்பை கைப்பா மஞ்சயம்
போக்கும் வாந்தி மாற்றுங்
கதபித்த விர்த்தி தீர்க்குந்
துற்பிலன் களையு மாதே! 133

சதகுப்பை வெப்பத் தன்மையுடையது. இது சேத்தும வாதங்களைப் போக்கும். வாந்தி, விரணங்கள், கண்ணோய், சுரம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

காட்டுச் சதகுப்பை கைப்புச் சுவையுடையது. இது சயம், வாந்தி இவற்றைத் தீர்க்கும். பித்தத்தைக் கட்டுப்பாட்டில் வைத்து தீப்பலன்களைக் களையும்.

வசம்பு, வெண்வசம்பு

வசம்பு இரண்டு வகையா
மிரண்டு மகா உஷ்ட்டிணங்
கசந்த வஷ்த்து வாமந்தங்
கரைக்கும் வாத கபம்போக்கு
மசந்த தேக வலிசூலை
தீர்க்குங் கிருமி அறவடிக்கும்
பசும்பொன் னனைய சிதலைமுலைப்
பாவாய் தீர்க்கு முடம்பின் நோய்! 134

வசம்பு - வசம்பு, வெண்வசம்பு என்று இரண்டு வகை யுடையது. இரண்டும் அதிக வெப்பமுடையது. கசக்கும் குணமுடையது. மந்தம்போக்கும். வாத கபம், தேக அழற்சி, வலி, சூலை இவற்றைத் தீர்க்கும். கிருமிகளைப் போக்கும்.

வெள்ளுள்ளி, நீருள்ளி

வெள்ளுள்ளி அதுதிஷ்ட்டி னோட்டினங்
குறுத்துவம் பிலக்குங் குன்மம்வாயு
தள்ளுருங் குட்டஞ் சோபை
கபவாதம் நெஞ்சுவலி தவிர்க்குமேநீ
ருள்ளி கண்ட மேகபித்த
வகுரிரத்த மூல மோட்டுங்
கொள்ளுஞ் சீரண மதிசீதளந்
தவளவெண்ணகை பைங்குவளைக் கண்ணாய்! 135

வெள்ளுள்ளி பெண்களுக்குண்டாகும் அத்தி வெட்டை, வாதம், குன்மம், வாயு, குட்டம், சோபை, கபவாதம், நெஞ்சுவலி இவற்றைப் போக்கும்.

நீருள்ளி கண்டமேகம், பித்தம், வைசூரி, இரத்த மூலம் இவற்றைப் போக்கும். உண்டஉணவைச் சீரணிக்கச் செய்யும். சீதளத்தை உண்டாக்கும்.

கண்டுபரங்கி

கண்டு பரங்கி கைப்பாங்
காய்சுரந் தாகம் போக்கு
மிண்டிய வாத பித்த
கபத்தையும் வெகுண்ட டக்கு
மண்டை பீனசஞ் சயித்திய
மாற்றிடுங் குன்மந் தீர்க்குந்
தொண்டை கனியாய் மைக்கட்
டுடியிடைக் கடிமென் கோதாய்! 136

கண்டுபாரங்கி கைப்புச் சுவையுடையது. சுரம், தாகம் இவற்றைப் போக்கும். வாதம், பித்தம், கபம் இவற்றை நீக்கும். தலைப் பீனசம், சயித்தியம் இவற்றை மாற்றி குன்மத்தைத் தீர்க்கும்.

மஞ்சள்

மஞ்சட் சிறுகைப்பாந் தினவு
வாந்தி தீர்க்குங் காந்திதரு
மிஞ்சு விரணம் ரூட்சைஉஷ்டிணம்
மேகந் தாக மிவை போக்கும்
மஞ்சள் வளருங் குட்டத்தை
அடிக்கும் நடிக்கு மயிற்சாம்பல்
பஞ்சவனக் கிளையின் மழலைப்
பார்முலைச் சிற்றிடை மாதே! 137

மஞ்சள் சிறுகைப்புச் சுவையுடையது. தினவு, வாந்தி, இவற்றைத் தீர்க்கும். உடலுக்குக் காந்தி தரும். விரணம், ரூட்சை, வெப்பம், மேகம். தாகம், குட்டம் இவற்றைப் போக்கும்.

மரமஞ்சள்

மரமஞ்சள் கைப்பு வஷ்த்து
மகாதீட்ச னோடசன மாகும்
விரணமெய்த் தினவு தீர்க்கு
மேகநோய் நேத்திர ரோக
முரணுறு கரண ரோக
முகரோக மிவைகள் போக்குந்
தரன் சீதளப் படீரப்
படர்முலை தையல் நல்லாய்! 138

மரமஞ்சள் கைப்புச் சுவையுடையது. இது தீட்சணத்தை ஏற்படுத்தும். உணவில் பயன்படும். விரணம், உடல் தினவு தீர்க்கும். மேகநோய், நேத்திர நோய், செவிநோய், முகநோய் போன்றவற்றைப்போக்கும்.

கஸ்தூரி மஞ்சள்

கஷ்த்தூரி மஞ்சள் கைப்பாங்
கடுந்தீஷ்ணோ டசன மாகும்
சித்தார மாக வாய்ச் சோற்
றிறுத்தும்புண் விரணந் தீர்க்கு

மத்தாகஞ் சன்னி வாத
சுரங்காசங் கபம டிக்கு
முத்தாரத் திதலை யற்ம
முகின்முலை கருங்கட் பேதாய்! 139

கஸ்தூரி மஞ்சள் கைப்புச் சுவையுடையது. உடலுக்கு வெப்பத்தையுண்டாக்கும். உணவாகவும் பயன்படும். உணவிற்குச் சுவை கூட்டும். புண், விரணம் தீர்க்கும். சன்னி, வாதம், சுரம், காசம், கபம் இவற்றைப் போக்கும்.

கல் மஞ்சள், கிரந்தி தகரம்

கல்லு மஞ்சள் சீரகமாங்
கடிய பித்தந் தினவுவிஷ
மல்லதி ரத்த தோஷமிவை
அகற்றுங் கிரந்தி தகரமது
சொல்லி லதிசீ தளமாகும்
புஷ்ப மாரந் துடந்தொட்டும்
புல்லும் விஷமே கமுமடிக்கும்
நேத்திர நோயும் போக்கிடுமே! 140

கல்மஞ்சள் அகமெனும் வயிற்றைச் சீராக்கும். பித்தம், தினவு, விஷம், இரத்த தோஷம் இவற்றை அகற்றும்.

கிரந்தி தகரமானது அதிக சீதளமுடையது, விஷமேகம், நேத்திர நோய் இவற்றைப் போக்கும்.

வெந்தயம்

வெந்தயங் கைப்புறு வஷ்த்து
.... துற்பிலன் விளைக்கும்
வந்த மூத்திர ரோகத்தை
சயந்தனை மாற்றும் .....
முந்து பேதியைக் கட்டு
மட்டுண் டளிமு ரலுங்
கந்தம் வீசுஞ் சுகந்த
வார்கூந் தற்பெண் கனியே! 141

வெந்தயம் கைப்புச் சுவையுடையது. இது துற்பல முடையது. மூத்திரநோய், சயம் இவற்றை மாற்றும். பேதியைக் கட்டும்.

கச்சோலம், கஸ்தூரி

கச்சோலந் துவர்க்கைப் புஷ்ட்டிணமாங்
குன்மங் கபவா தங்கள்
அச்சஞ்செய் மூலநோய் பீலிகை
தீர்க்கு மருசி போக்கு
மிச்ச தீபன முண்டாக்குங்
கஸ்தூ ரிமிக வுஷ்டிணம்
நச்சிய நரையாம் வாத
கபங்களை நலிந்து போக்கும்! 142

கச்சோலம் துவர்ப்பும், கைப்பும் உடையது. வெப்பத் தன்மை கொண்டது. இது குன்மம், கபவாதங்கள், மூலம், பீலிகை, அருசி இவற்றைப் போக்கும். பசியை உண்டாக்கும். கஸ்தூரி மிகுந்த வெப்பத்தைக் கொண்டது. நரை, வாத கபங்களை நலிந்து போகச் செய்யும்.

நாககேசுரம்

நாககேசுரஞ் சிறுகைப்பா
மதியுஷ்ட டிணநவிலல்
வேக மான வுள்ள
ஷத்தரோ கங்களை விலக்குந்
தேக மீதுறு தினவிளை
வாதத்தைத் தீர்க்கும்
பாகுநேர் மொழியாய் கொஞ்சப்
பேதியும் பண்ணும்! 143

நாககேசுரம் எனும் சிறுநாகப்பூ சிறு கைப்புச் சுவை யுடையது. அதிகமான உஷ்ணமுடையது. பல்வகை நோய் களைத் தீர்க்கும். இந்நாககேசுரம் வாதத்தையும் தீர்க்கும்.

பெருங்காயம், பெருங்காயப்பத்திரி

பெருங்காயங் காடபுஷ்பட் டிணாதிகல வித்தாகும்
வாத கபத்துடன் கிருமி பிரித்தடிக்கு
மிருஞ்சூலை கால்கை வலிதீர்க்குங் குன்ம
மாதர் வாய்வுகளும் நேரரம்மிய மீது
பெருங்காய பத்திரிகாய் துவர்கைப் புஷ்ணம்
பீலிகை மூலங் கிருமியஷத்தி ரோக
மருங்காய வலிகுன்மம் பித்தம் வாத
மையமிவை தீர்க்கு மலரணங்க னாளே! 144

பெருங்காயம் வெப்பச் செய்கை உடையது. வாதம், கபம், கிருமி, சூலை, கைகால் வலி, குன்மம், வாயு போன்றவற்றை அகற்றும். பெருங்காயப்பத்திரி துவர்ப்பும் கைப்பும், உஷ்ணமும் உடையது. பீலிகை, மூலம், குடற்கிருமி, என்பு நோய்கள், உடல்வலி, குன்மம், பித்தம், வாதம், ஐயம் இவற்றை அகற்றும்.

சடாமாஞ்சில்

சடாமஞ்சி கைப்பா முஷ்ட்டிணந்
தறுமுக ரோகந் தீர்க்கும்
விடாதென்று விஷரோ கத்தை
கபத்தை வாயுவை விலக்கு
மடாதந்த ரெத்த பித்தந்
தனையாமந் தனைய டிக்குங்
கெடாவிந்து விளைக்கு மாதே
கேள்மோதிரி தோஷம் போக்கும்! 145

சடாமாஞ்சில் கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்பம் உண்டாக்கும். முகநோய்கள், விஷநோய்கள், கபம், வாயு, இரத்தபித்தம், இவற்றைப் போக்கி விந்துவைத் திடப்படுத்தும்.

குங்குமப்பட்டை

குங்குமப் பட்டை காட்டுங்
குணந்துவற் கைப்பா முஷ்ட்டிணந்
தங்குமெய் விரணம் வாதகபந்
தவிர்க்குஞ் சிரோ நோய்ரோ
கங்களை மாற்றுஞ் சீதள
சுரந்தனைக் கடிந்து போக்கு
மங்கச னைம்பூ வம்
வம்பக மிரண்டாய்க் கொண்டாய்! *146*

குங்குமப்பட்டை துவர்ப்பு, கைப்புச் சுவையையும் வெப்பச் செய்கையையும் உடையது. இது விரணம், வாதகபம், தலைநோய், சீதளசுரம் இவற்றைப் போக்கும்.

அரக்கு

அரக்கு கைப்பாஞ் சுகவுஷ்ட்டிண
சீத வஷ்த்து வாம்பழைய
சுரத்தை யஷ்த்தி வறட்சியை மெலிவைத்
தீர்க்குந் துலைக்கு மைய
மிரத்த பித்தந் தனைப்போக்கு
மூல மாமிவை தவிர்க்குங்
கரக்குங் கிருமி களைக்களையும்
வாந்தி மாற்றுங் கனங்குழலே! *147*

அரக்கு கைப்புச் சுவையுடையது. இது வெப்பமும், சீதளமும் கலந்ததாகும். நீண்டநாட்கள் குணமாகாத சுரம், எலும்பு வறட்சி, உடல்மெலிவு, ஐயம், இரத்தபித்தம், மூலம், குடற்கிருமிகள் ஆகியவற்றைப் போக்கும், வாந்தியை நிறுத்தும்.

தேன், தேன்மெழுகு

தேனின் குணங்கேள் மதுரோஷ்ட்டிண
மாகும் வாயுக் கபந்தீர்க்கும்
மானுங் கண்ட ரோகமுடன்
மந்த மடிக்கும் பிலன்கொடுக்கு

மீனங் கொண்ட சுரங்கள்
மலபந்தம் விலக்கு மிதன்மெழுகு
தானும் சோபை விரணங்கள்
தவிர்க்குங் கவிற்சை சுகவாயாய்! *148*

தேன் இனிப்புச் சுவையுடன் கூடிய வெப்பம் தரும் பொருளாகும். இது வாயு, கபம், கழுத்து நோய்கள், மந்தம் இவற்றைப் போக்கும். உடலுக்குப் பலம் கொடுக்கும். நாட்பட்ட சுரம், மலக்கட்டு இவற்றை விலக்கும்.

தேன்மெழுகு சோபை, விரணங்கள் கவிசை இவற்றைத் தவிர்க்கும்.

கருங்குங்கிலியம், வெள்ளைக் குங்கிலியம்

கருங்குங் கிலிய முஷ்ட்ணவஷ்த்து
கிருமி மேகங் கடுங்குன்மம்
நொறுங்குஞ் சோபை பவுத்திரப்புண்
ணிக்கு மாட்டும் பெய்வெண்மை
தறுங்குங் கிலிய முஷ்ணவஷ்த்து
விரணம் நீர்பா டிவைதவிர்க்கு
மறுங்கெற் பிணியை அளிக்கும்பேய்
பூத மெழும்பி அடித்தோட்டும்! *149*

கருங்குங்கிலியம் வெப்பச் செய்கையுடையது. கிருமி, மேகம், குன்மம், சோபை, பவுத்திரப்புண் இவற்றைப் போக்கும்.

வெண் குங்கிலியம் வெப்பச் செய்கை உடையது. இது விரணம், நீர்ப்பாடு இவற்றைப் போக்கும். இது கர்ப்பிணிகட்கு நல்லது.

குந்துருக்கம்

குந்திருக்கம் பிசின் வெண்மை நிறந்து வர்ப்பாங்
கொடுஞ்சேற்ம வாத வர்மங்கள் போக்கும்

வந்திறு வெட்டம்பிசின் மதுரக் கைப்பாம்
விரணகப பித்த கிரகங்கள் மாற்றுந்
தந்திடுங் கற்பிசின் திருவுஷ்ணங் கைப்பாஞ்
சயஞ்சோபை மூல மகோதரநோய் போக்குந்
தந்தவலி தனைத்தீர்க்கும் வாற்குன் றங்கள்
தாங்கியிடைத் தொல்குமிடைத் தடங்கட் பாவாய்! 150

குந்துருக்கம் பிசின் வெண்மை நிறமுடையது. துவர்ப்புச் செய்கையுடையது. சேத்தும வாத வர்மங்கள் இவற்றைப் போக்கும்.

வெட்டம்பிசின் இனிப்பு கைப்புச் சுவையுடையது. விரணம், கப, பித்தங்களைப் போக்கும்.

கற்பிசின் வெப்பத்தை உண்டாக்கக் கூடியது. கைப்புச் சுவையுடையது. சயம், சோபை, மூலம், மகோதரம், பல்வலி இவற்றை நீக்கும்.

மேதை, மகாமேதை

மேதை ருசியாஞ் சயித்தியமாம்
விலக்குமி ரத்த பித்தத்தை
வாத மடக்குங் கபவளர்க்கு
வனசுக் கிலத்தை விளைவிக்குமகா
மேதை ருசியாஞ் சயித்திய மாம்
விளைக்குங் கபசுக் கிலமிகுதி
ஏத பித்தம் பித்தசயந்
தாகந் தாக மிவைதீர்க்கும்! 151

மேதை எனும் பொற்றலைக் கையாந்தகரை நல்ல சுவையுடன் இருக்கும். இது சீதளத்தை உண்டுபண்ணும். இரத்த பித்தத்தைப் போக்கும். வாதத்தை அடக்கும். கபத்தை உண்டாக்கும். சுக்கிலத்தைப் பெருக்கும்.

மகாமேதை எனும் மருளூமத்தை நல்ல ருசியுடன் இருக்கும். சீதளம், கபம், சுக்கிலம், பித்தம், சயம், அதி தாகம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

காகோளி, சீர்காகோளி

காகோளி மதுரஞ் சீதளமாம் வாதபித்த
சுரம்கபம் போக்குந் தாகம் தீர்க்கும்
போகாத சயரோகந் தனையும் போக்கும்
போதவே சுக்கிலத்தை விளைக்குஞ் சீர
காகோளி மதுரமாந் தாகங் காச்சல்
உப்பிச மூன்றையுந் தீர்க்குங் கபபித்தத்தோ
டாகாத சயரோகந் தனையு மார்பு
வலியையுந் தீர்க்குங் கமலமனைய கண்ணாய்! 152

காகோளி எனும் தேள்கொடுக்கு இனிப்புச் சுவை உடையது. சீதள குணங்கொண்டது. வாத, பித்த சுரம், கபம் இவற்றைப் போக்கும். தாகம் தீர்க்கும். சயத்தைப் போக்கும். சுக்கிலத்தை விளைக்கும்.

சீர்காகோளி மதுரமானது. தாகம், சுரம், உப்பிசம் இவற்றைத் தீர்க்கும். கப பித்த தோடங்கள், சயரோகம், மார்புவலி இவற்றையும் தீர்க்கும்.

பாசாண பேதி

குன்மந் தீரும் பிலிகைபோம்
குலையும் நெஞ்சு வலிமாறும்
வன்மூலமு மேகமுந் தீரும்
வதன காந்தி யதன்மதரந்
துன்மாங்கிஷ மூத்திரக் கிரிச்சஞ்
சூலை ரோக மிவைநீங்குந்
தென்மான் குயிலே கரையுந்
திகழ்பா சாண பேதிக்கே! 153

குன்மம், பீலிகை, நெஞ்சுவலி, மூலம், மேகம் இவை பாசாணபேதியால் நீங்கும். முகக்காந்தல், துன்மாங்கிஷம், மூத்திரக்கிரீச்சரம், சூலை நோய் இவற்றை நீக்கும்.

இந்துப்பு, கறியுப்பு

இந்து லவண நெஞ்சுவலி
விரண ரோக மிருவிழிநோய்
பந்த மலபந்தமுந் தவிர்க்குந்
திரிதோஷமும் தீர்த்திடும் பாவை
வந்த லவண மதுரோஷ்டிண
மலக்கட் டறுக்குந் தாகநல்குங்
கொந்தார் குழலே பயித்தியத்தைக்
குன்மஞ் சூலை தனைத்தீர்க்கும்! 154

இந்துப்பானது நெஞ்சுவலி, விரணம், கண் நோய்கள், மலக்கட்டு இவற்றைத் தீர்க்கும். முத்தோடங்களைப் போக்கும்.

கறியுப்பு உஷ்ண செய்கையுடையது. இது மலக்கட்டைப் போக்கும். தாகத்தை உண்டாக்கும். பித்தம், குன்மம், சூலையைத் தீர்க்கும்.

அட்டுப்பு, வளையலுப்பு, பொட்டிலுப்பு

அட்டுப்பு சிறுகைப்பு திட்சணோச் சனமாகும்
வாயுவை அடிக்கும் வளைய லுப்பு
*மட்டுற்ற *கேபமலுறு துவர்ப்பாங் காசம்*
வாயுவட வலிகுன்மஞ் சூலை தீர்க்கும்
பொட்டிலுப்புத் துவர்ப்பாகு முஷ்ண வஷ்த்துக் குன்ம
சூலையைக் கைகால் கடுப்பைப் போக்குந்
துட்டநெஞ்சு வலிதீர்க்கும் பேதி யாக்குந்
துங்கமதி கரிக்கோட்டுக் கொங்கை நல்லாய்! 155

அட்டுப்பு சிறுகைப்புச் சுவை உடையது. இது தீட்சண முண்டாக்கும். உணவிற்குப் பயன்படும். வாயுவை நீக்கும்.

வளையலுப்பு துவர்ப்புச் செய்கையுடையது. காசம், வாயுவால் ஏற்பட்ட வலி, குன்மம், சூலை இவற்றைத் தீர்க்கும்.

பொட்டிலுப்பு துவர்ப்புடையது. வெப்பத்தை உண்டாக்கக் கூடியது. சூலை, கால், கை குடைச்சல், நெஞ்சுவலி இவற்றைப் போக்கும். பேதியை உண்டாக்கும்.

வெடியுப்பு, சத்திச்சாரம்

வெடியுப்பு உட்டி ணாதிகந்
தீபனந்தரு மலத்தை ஈட்டுங்
கொடிய நெஞ்சு வலிதீர்க்குங்
குதித்தெழு கபத்தை மாற்றுந்
துடியிடை கேண்மோ சத்தியச்
சாரந் துவர்ப்பாங் கீடங்
கடியவை வாத குன்ம
முதற்ரோ கங்கள் தீர்க்கும்! 156

வெடியுப்பு வெப்பத்தை அதிகமாக்கும். பசியை உண்டாக்கும். மலமிளக்கும். நெஞ்சுவலி, கபம் இவற்றை நீக்கும்.

சத்திச்சாரம் துவர்ப்புச் செய்கையுடையது. புழுக்களை நீக்கி வாத குன்மத்தைப் போக்கும்.

பீதரோகிணி, எவச்சாரம்

பீத ரோகிணி கண்ணோய்கள்
கபவாத பீடை தீர்க்கும்
போதவே பித்தங் காட்டும்
புகலெவச் சாரங் கைப்பாம்
வாத பித்தங்கள் மந்தாக்கினி
குன்ம சூலை மாற்று
மேதகு பிலனுண் டாக்கு
மிருள்மந் திலங்கு மின்னே! 157

பீதரோகிணி, கண்ணோய்கள், கபவாதம் இவற்றைத் தீர்க்கும். பித்தத்தை உண்டாக்கும்.

எவச்சாரம் கைப்பாகும். வாத பித்தங்கள், மந்தாக்கினி, குன்மம், சூலை இவற்றை மாற்றும். உடற்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும்.

வெங்காரம், படிகாரம்

வெங்கார மடங்கன் பெயர்
மிகுகப வாதந் தீர்க்குந்
தங்குநீ ரடைப்புக் கலத்துன்
மாங்கிஷ வடைப்பைத் தள்ளுங்
கொங்கைகேள் படிகா ரத்தின்
குணம்புளிப் பிரத்த சோபை
செங்கனில் விஷரோ கங்க
ளொடுதுஷ்ட்ட விரணந் தீர்க்கும்! 158

வெங்காரம் கப வாதங்களைத் தீர்க்கும். நீரடைப்பு. துன்மாங்கிஷம் எனும் கண்ணோய் இவற்றை நீக்கும்.

படிகாரம் புளிப்புச் சுவையுடையது. இரத்த சோபை, விஷநோய்கள், கெட்ட புண்கள் இவற்றைப் போக்கும்.

சைவிராஞ்சனம், புட்பராஞ்சனம், இரசாஞ்சனம்

சயிவி ராஞ்சனக் குணங்கேள் சயித்தியமாஞ்
சயங்காசம் விஷவிக்கல் விழிநோய் தீர்க்கும்
வெவ்விய புட்பரஞ்சனத் தின்குணங்கேள் நெஞ்சுவலி
விஷஞ்சீத மாற்றும் விழிநோய் தீர்க்கு
மிவ்விரண்டு மன்றி ரசாஞ்சனக் குணங்கேள்
காசமுக ரோக சயமிறு கண்ணோய்கள்
வவிரத்த பித்தகப மிவைகள் தீர்க்கு
மமுத மொளிக்கு முதவாயணங் கண்ணாளே! 159

சைவிராஞ்சனம் சயித்தியத்தை உண்டாக்கும். சயங்காசம், விஷவிக்கல், விழிநோய் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

புட்பராஞ்சனம் நெஞ்சுவலி, விஷம், சீதம், விழிநோய் இவற்றை நீக்கும்

இரசாஞ்சனம் காசம், முகநோய்கள், சயம், கண்ணோய்கள், இரத்த பித்தம், கபம் இவைகளைத் தீர்க்கும்.

சிலாதாது, ஏமாட்சிகம், மாங்கிஷ ரோகிணி.

சிலாசத்து கைப்புஷ்ணா திகமாஞ் சோபை
தீர்க்குங் கோதரமூலஞ் சயமுந் தீர்க்கு
மலாதுடம் பிலத்திடந்தறு மாகங்கை பதில
மதுரஞ் சோபை குட்டம் விக்கல் கண்ணோய்
நிலாத்திரி தோஷமு நீங்குங்காண் மாங்கிஷ ரோகிணி
சீதள வஷ்த்துக் கிராணி நீக்குங்
கலாமதி வாண்முக மாதே கேண்மோ
ரெத்தபித்தந் தீர்க்கும் விரணங்களுக் காகாதோ! 160

சிலாதாது கைப்புச் சுவையுடையது. சோபை, மகோதரம், மூலம், சயம் இவற்றைத் தீர்க்கும். உடம்பிற்குப் பலத்தைத் தரும்.

மதுரச் சுவையுடைய ஏமாட்சிகம், சோபை, குட்டம், விக்கல், கண்ணோய், திரிதோஷம் ஆகியன நீங்கும்.

மாங்கிஷ ரோகிணி சீதளகுணமுடையது. இது கிராணியை நீக்கும். இரத்த பித்தத்தைத் தீர்க்கும். விரணங்களுக்கு ஆகாது.

துத்தம், துருசு, சவுக்காரம்

துத்தந் துருசு விரணகுட்டம்
விசங்கள் கண்ணோய் துடர்ந்தடிக்கும்
நெய்த்த சவுக்காரங் கிரிச்சர
நீக்குமிருப தேனும் வகையும்
மெய்த்தினவு சோபைகள் பிளவை
விரணந் தீர்க்கும் விரண
கோபத்தை அடக்கு மைத்தடங்கட்
பவளத் தவளவாய் நகையாய்! 161

துத்தம், துருசு விரணம், குட்டம், விடம், கண்ணோய் இவற்றை நீக்கும்.

சவுக்காரம், கிரிச்சரம் நீக்கும். உடற்றினவு, சோபை, பிளவை, விரணம் இவற்றைத் தீர்க்கும்.

அரிதாரம், மனோசிலை

அரிதார மதிக உஷ்ண
மாங்காந் திதருஞ் சுரங்கள்
பிரிவுறு ரத்த குஷ்டம்
விஷசேற்மம் பெயர்த்த டிக்கும்
புரிமனோ சிலைதுவற் கைப்பு
உஷ்ணமாம் விஷத்தைப் போக்கும்
வரும்விஷம் பித்தந் தீர்க்கும்
பெய்கப வாயு மாற்றும்! *162*

அரிதாரம் அதிக உஷ்ணமாம். சுரம், இரத்த குட்டம், விஷசேற்றுமம் இவற்றை நீக்கும்.

மனோசிலை துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. வெப்பத் தன்மை கொண்டது. விடம், பித்தம் தீர்க்கும். கப வாயுவினைப் போக்கும்.

குக்கில்

குக்குலு துவர்கைப் பாகும்
வியன்தருங் கிருமி கொல்லுங்
குக்கு ரோகங் கணமேகங்
குன்ம சோபை களைத்தீர்க்கும்
மெய்க்கிரந்தி விளைப்புஷ்ண
வேகத்தைப் போக்கு மேபா
லக்கிர கங்க ளோட்டும்
பிடர்வலி மாற்று டாதே! *163*

குக்கில் துவர்ப்பும், கைப்பும் கொண்டது. கிருமிகளை அழிக்கும். கணமேகம், குன்மம், சோபை இவற்றைத்

தீர்க்கும். கிரந்தி, உஷ்ண வேகம் இவற்றைப் போக்கும். பாலக்கிரகங்களை நீக்கும்.

கல்மதம்

கன்மத முஷ்டிணங் கைப்பு
லுருதுவா கபத்தைத் தீர்க்கும்
புன்மைசெய் மூல ரோகம்
போக்கும்சோ பையினைப் போக்கும்
வன்மைய வுதர ரோகம்
மாற்றும்வெங் கூற்று மஞ்ச
மேன்மையிட் டொளிக்குங் கூர்வை
வேற்றடங் கண்ணி னாளே! 164

கல்மதம் உஷ்ண தன்மை கொண்டது. கைப்புச் சுவை யுடையது. இது கபத்தைத் தீர்க்கும். மூலநோய், சோபை, வயிற்றுநோய் இவற்றைப் போக்கும்.

வெள்ளைப்போளம், கறுத்த போளம்

வெள்ளைப் போளஞ் சயித்தியங் கைப்பா
மெய்யி ரத்தக் கட்டறுக்குந்
துள்ளி ருளையைத் தொடுங்கண்ணாய்
கருத்த போளந் துவர்க்கைப்பா
மெள்ளப் பாச்சேற் றுமத்தை
எழுந்த வாயு வினையடிக்கு
முள்ளிற் றிரண்ட விரத்தக்கட்
டேவே விரணந் தீர்ந்திடுமே! 165

வெள்ளைப்போளம் சயித்தியத்தை உண்டு பண்ணும். இது கைப்புச் சுவையுடையது. உடம்பில் ஏற்பட்ட இரத்தக் கட்டை அறுத்து வெளிப்படுத்தும்.

கறுத்த போளம் துவர்ப்பும் கைப்பும் உடையது. சேற்றுமத்தையும் அதனால் ஏற்பட்ட வாயுவையும் தீர்க்கும். இரத்தக் கட்டோடு, விரணத்தையும் தீர்க்கும்.

கெந்தகம்

கெந்தக மதிக தீட்சணோ
டசனமாங் கொள்வி ளங்கத்
தந்திடுங் காய சித்தி
விஷங்குட்டந் தன்னைத் தீர்க்கும்
வந்தெழு சோபை தோஷம்
விரணங்கள் மாற்று மீதோ
வெந்தரோ கமுந்த விற்கும்
விலங்கு முத்தலங் கற்கோங்காய்! *166*

கெந்தகம் அதிக தீட்சணமாம். இதனைச் சுத்தி செய்து மருந்தாக்கி உட்கொண்டால் காயசித்தி உண்டாகும். இது விஷம், குட்டம் இவற்றைப் போக்கும். சோபை, தோஷம், விரணங்கள் போன்ற பலநோய்களைப் போக்கும்.

பாதரசம்

பாதரசம் பஞ்சபூதம் பொருந்து
குணமுடைய வஷ்த்துவாம் படர்ந்த சேடம்
வாதபித்த சேற்றுமதோ ஷங்கள் கிஷம்
சில்விஷங்கள் விரணங்க ளனைத்துமாம்
போதவே தீபனமும் பிலனும் நல்கும்
புக்குநின்று ரோகங்கள் பலவும் போக்கும்
மேகமக்கு ரனக்கண் விளக்கங் .....
காயசித்தி தருட்திடானாக் கினியென் றாமே! *167*

பஞ்ச சூதங்களுள் ஒன்றான பாதரசம் வாத பித்த சேற்றும தோஷங்கள், சிறுவிஷக்கடிகள், விரணங்கள் அனைத்தையும் குணமாக்கும். பசியை உண்டாக்கும். உடலுக்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும். மேகத்தை நீக்கும். காயசித்தி உண்டாக்கும். கண்ணின் ஒளி அதிகமாகும்.

சாதிலிங்கச் செந்தூரம்

சாதிலிங்க மதிகவுஷ்ண மாகுஞ் சோபை
விஷகுட்ட சுரதோசந் தன்னை மாற்று
மோதுரச செந்தூர முஷ்ட்டிண வஷ்த்து
விஷஉஷ்ணந் தனையோட்டும் விரணந் தீர்க்கும்
மதுகுட்டந் தனைமாற்றுங் குன்மந் தீர்க்கும்
வெஞ்சுரங்கள் தனையகற்றுஞ் சோபை போக்குந்
தீதறு தோஷங்கள் பலசன்னி தீர்க்கும்
செங்கமல வதனவிரு வளைக்க ணல்லாய்! 168

சாதிலிங்கம் மிகவெப்பமான ஒன்றாகும். சோபை, விஷ குட்டம், சுரதோடம் இவற்றை மாற்றும்.

இரசசெந்தூரம் வெப்பச் செயல் உடையது. இது விஷத்தால் ஏற்பட்ட வெப்பத்தை நீக்கும். விரணம், குட்டம், குன்மம், சுரங்கள். சோபை, தோடங்கள், பலவகைச் சன்னி இவற்றைப் போக்கும்.

காரீயம்

காரீயஞ் சிறுபு ளிப்புக்
காட்டு முஷ்ண மானவஷ்த்து
பார்வை விஷரோ கமுடாத
பட்ட விரணந் தீர்க்குங்
கூறு கிறிர்கிரு மிகளைக்
கொல்லும் பலன்கொ டுக்கும்
வாரி லகுபார் முலை
மாதே தேவர் தவிர்க்கும்! 169

காரீயம் சிறு புளிப்புச் சுவை உடையது. வெப்பச் செய்கை உடையது. விஷநோய், உடலில் ஏற்பட்ட புண்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும். கிருமிகளை அழித்து உடலுக்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும்.

சங்கு, புலிநகம்

சங்கு வீரி யோஷ்ணம்
சுரங்கு ளிர்ச்சி யுந்தருமால்
அங்க சூலை யொத்த
பித்தத் தனைய டிக்கும்
பொங்கு நேத்திர ரோகங்க
ளனைத்தும் போக்கும் தானே
மங்கைகேள் புலி நகங்கள்
கிரகம் பூதங்கள் மாற்றும்! 170

வீரியம் மிக்க சங்கு வெப்பச் செய்கை கொண்டது. சுரத்தை நீக்கி குளிர்ச்சியைத் தரும். சூலை, பித்தம். கண்ணோய்கள் இவற்றைப் போக்கும்.

புலி நகம் கிரகங்களையும் ஐம்பூதங்களின் நிலையையும் மாற்றும்.

கோரோசனை, பச்சைக்கற்பூரம்

கோரோசனை சீதள வஷ்த்தாம்
கூகி மூர்ச்சை கொடும்பேதி
காரா குழலாய் விஷதோஷந்
தீர்க்கும் பச்சைக் கற்பூரம்
சீராந் துவரக் கைப்பதி
சீதம் துர்வாசங் கபந்தீர்க்கும்
வாரா தகற்றுஞ் சயகிரிச்சம்
வந்தவிஷ தாக மாற்றும்! 171

கோரோசனை சீதள குணமுடையது. இது மூர்ச்சை, பேதி, விஷதோடங்கள் இவற்றைத் தீர்க்கும். பச்சைக் கற்பூரம் துவர்ப்போடு கைப்புச் சுவையும் கொண்டது. சீதம், கெட்ட நாற்றம், நாட்பட்ட கபம் இவற்றைத் தீர்க்கும். சயம், கிரீச்சரம், விஷதாகம் இவற்றையும் மாற்றும்.

சர்க்கரை

சர்க்கரையதி சீதளமாம் பித்த தாகத்தோ
டுற்றவிரத்த தோஷமொழிக்குந் தவறா
சர்க்கரைமது சர்க்கரை அதிதாக மதிசாரம்
பத்தியகுடசை சத்தியடக்கும் பைங்கோதாய்! 172

சர்க்கரை அதிக சீதளமாம். பித்ததாகம், இரத்ததோடம், இவற்றைப் போக்கும். தாகம், அதிசாரம், வாந்தி இவை நீங்கும்.

உளுந்து

உளுந்து மதுரஞ் சீதளமாம்
பித்த தாக சுரமோட்டு
மெழுந்த வாத ரத்தத்தை
இருந்த கிருமி தனைப்போக்கும்
விழுந்த கபமுஞ் சுக்கில மும்
விருத்தி யாக்கும் விம்மிவரல்
அழுந்த வினைத்து நினைத்திருமாந்
தழகு திகழு முலையணங்கே! 173

உளுந்து இனிப்புத் தன்மை கொண்ட சீதள வஸ்துவாகும். இது பித்த தாகம், சுரம், வாத ரத்தம், குடற்கிருமி இவற்றைப் போக்கும். கபம், சுக்கிலம் இவற்றை உண்டாக்கும்.

சந்தனம், குங்குமம், பன்னீர், கோரோசனை

தவிரு முடலம் வியர்வை யறுந்
தாது ஏழும் வர்த்திக்கும்
பவிரு முதிர மேற்பாக்கும்
பகுந்த மோக முண்டாக்கு
மவிருஞ் சந்தனங் குங்குமம்
மழகு பன்னீர் கோரோசனையுங்
கவிரு முலையாய் குணத்தைக்
கண்டே பூசச் சொல்வாயே! 174

உடலின் வியர்வை நாற்றத்தைப் போக்கும்குணம், தாது விருத்தி, இரத்த விருத்தி, மோகம் இவற்றை உண்டாக்கும் குணம் சந்தனத்திற்கும் குங்குமத்திற்கும் உண்டு. பன்னீரும் கோரோசனையும் உடலில் மேலுக்குப் பூச அழகு சேர்க்கும்.

கொள்ளு

வாதம் போக்கும் பித்தமுண்டாம்
வயிற்றில் மந்த முண்டாக்கும்
போத வாயு மிகவேறும்
பொருந்து மருந்தைச் சத்தடிக்குஞ்
சீத மறுக்கும் மேகமுறுந்
தெளியாக் கெற்ப முதிரம்போம்
காதே முடுக்குஞ் சிலதோஷங்
கடுகச் சொல்லுங் கொள்ளென்றே! 175

கொள்ளானது வாதத்தைப் போக்கி பித்தத்தை உண்டாக்கும். கொள்ளை உண்ட பின் வயிறு மந்தமாக இருக்கும். வாயு அதிகரிக்கும். மருந்துகளின் தன்மைகளைக் கெடுக்கும். சீதத்தைப் போக்கும். மேகத்தை உண்டாக்கும். பிரசவ அழுக்கை நீக்கும். இக்கொள்ளு சிலவகைத் தோடங்களையும் போக்கும்.

மொச்சை

கிரந்தியே மெத்த வாகுங்
கிளறிடும் வாய்வுத் தானும்
வரந்திடும் பித்த வாதம்
வளர்ந்திடும் மேக மோதப்
பரந்துட லத்தினவே மீறும்
பக்கென வாய்வு சண்ணுஞ்
சிரந்திடு முலையாய் கேளாய்
சேர்ந்திடும் மொச்சை என்னே! 176

மொச்சையை உண்டால் கிரந்தி, வாயு, பித்தவாதம், மேகம், உடற்றினவு இவை உண்டாகும்.

கடலை

பித்தம் விளையும் வாய்வுவரும்
பிலத்த மந்த முண்டாக்கும்
மெத்த விளைந்து விளைவாகும்
வெளுத்த உடம்பு கறுப்பேறும்
மத்தி மலத்தி இழுக்கும்
மஷப்பிக்கும் பரிவாய் நாவுக்குரிசை யுண்டார்
தத்தை மொழியாய் நீகேளாய்
தனித்த கடலை குணமிதுவே *177*

பித்தம், வாயு, மந்தம் இவை கடலையால் உண்டாகும். சோகை நீங்கி வன்மை பெறும். நாக்கு சுவையறியும் தன்மை பெறும். மலம் இளகும்.

துவரைப் பருப்பு

பருக்கு முடம்பு பளபளக்கும்
பளிவாம் வாயுப் பித்தமுமாஞ்
செரிக்கும் பிலமா மலமிழியுஞ்
சிதைக்கு மலத்தைக் கட்டிவிக்கு
மருக்கும் வாச முண்டாகும்
வாய்க்கு ரசனை மிகமிறும்
நெருக்கிக் குவிந்த முலையாளே
நிலையாந் துவரைப் பருப்பாமே *178*

துவரம் பருப்பு உண்டால் உடம்பு பருக்கும்; பளபளக்கும். வாயுவும், பித்தமும் ஏற்படும். செரிமானம் சரியாக ஏற்பட்டு எளிதாக மலம் கழியும். சிலநேரங்களில் மலக்கட்டையும் ஏற்படுத்தும். நல்ல வாசனையுள்ள இப்பருப்பு வாய்க்கு ருசியைத் தரும்.

பாக்கு

பாக்கு மேக ருட்சைதனைத்
தீர்க்குங் கிரிச்சப் படுரோகம்
போக்கும் நீக்கு மலப்பிடிப்பை
அருசி போக்கு முகவாட்டந்

தீர்க்குங் கண்ட கபவேகந்
தீர்க்குந் தீர்க்குங் கடுந்தாகம்
வார்க்குமங் கொங்கையைச் சுமந்து
மருங்கு நுடங்க வருமயிலே! 179

பாக்கு ரூட்சைதனைத் தீர்க்கும். கிரிச்சரம் போக்கும். மலப்பிடிப்பைப் போக்கி அருசியைப் போக்கும். முகமலர்ச்சியை உண்டாக்கும். கபம், கடுந்தாகம் இவற்றைப் போக்கும்.

வாழைக்காய்

கதலியின் பிஞ்சால் மேகங்
கடுப்பதி சாரங் கிராணி
திதமுறு பித்தந் தாகஞ்
செறியெலும் புருக்கித் தீரும்
விதமுறு நடுக்காய் வாத
சேற்றுமம் விளைவ தாகு
மதமுறு பித்த மாறும்
வனகநீ வாயு வாமே. 180

வாழைக்கச்சல் மேகம், கடுப்பு, அதிசாரம், கிராணி, பித்தம், தாகம், என்புருக்கி ஆகியவற்றைத் தீர்க்கும். வாழைக்காய் வாத சேற்றுமத்தை விளைவிக்கும். பித்தத்தை மாற்றும். வாயுவை உண்டாக்கும் குணமுடையது.

கத்திரிக்காய், வெள்ளரிக்காய்

இளையபசுங் கத்திரிக்காய் மருந்து கொள்வா
ரெவருக்கும் பத்தியமாம் நடுக்கா யென்னில்
விளையுமதிற் பைத்தி யந்தான் பழக்காய்
வாயு பித்தமுண் டாங்கிளை மறுவு
புழுவு நாசம் பழக்காய் கொள்ளிற்
கெடுபடும் வாதகபம் வெள்ள ரிக்காய்
களைபுரியும் நீர்க்கடுப்பு விரணந் தீர்க்குங்
கடுஞ்சீதம் பேதியிவை காட்டுங் காணே! 181

இளைய பசுங்கத்தரிக்காயை மருந்து கொள்வோர் பத்தியமாய்க் கொள்ள வேண்டும் நடுப்பருவக்காய் பித்தத்தை ஏற்படுத்தும். பழைய கத்தரிக்காய் வாயுவையும் பித்தத்தையும் உண்டாக்கும். புழுக்களைக் கொல்லும். வாதகபம் நீங்கும்.

வெள்ளரிக்காய் நீர்க்கடுப்பு, விரணம் இவற்றைப் போக்கி கடுப்போடு கூடிய சீதக்கழிச்சல், கழிச்சல் உண்டாக்கும்.

பலாக்காய்

பித்தமோ டய்யம் வாதம்
பெருத்திடுங் குன்ம ரோகிக்
கெத்தனை நாட்சென் றாலு
மெள்ளழ வெளிலு மாக
சத்தநோ யான பேர்க்குந்
துற்பில னான பேர்க்குங்
சிற்றமாய்ப் பிலாக்காய் கொண்டால்
திரும்பநோய் விரும்புங் காணே! 182

பலாக்காய் பித்தம், ஐயம், வாதம் இவற்றை உண்டாக்கும். பலநாள் சென்றாலும் காயின் வெப்பத்தன்மை மாறாது. நோயாளிகளும் பலம் குறைந்தவர்களும் இதை 'உண்டால் நோய் அவர்களைத் தேடிவரும்.

பழுபாகல், கண்டங்கத்திரி

இனியபழு பாகலரு பசிருசியுண் டாக்கு
மிருவிழியு நோவுபோந் திரிதோ ஷம்போம்
வினையமுரு சுரங்குன்ம மேகங் காசம்
விடைகொள்ளும் நெஞ்சுநோய் விளையுங் கண்டீர்
புன்மருவுங் கண்டங் கத்திரிக்காய் கொள்ளிற்
போங்காச சுவாசமது சயமுந் தீரும்
கனவா யுரும்பேதி பித்த முண்டாங்
கடியபசி வருங்கனிக்கிக் கபந்தான் போமே! 183

இனிய பழுபாகல் பசியை உண்டாக்கும். சுவை யின்மையைப் போக்கி ருசியை உண்டாக்கும். கண்ணோய், திரிதோடம், சுரம், குன்மம், மேகம், காசம் இவைபோம். நெஞ்சு நோய்கள் உண்டாக்கும்.

கண்டங்கத்திரிக்காய், காசசுவாசம், சயம் இவற்றைத் தீர்க்கும். பேதி, பித்தம் இவற்றை உண்டாக்கும். இப்பழம் பசியையுண்டாக்கும். கபத்தைப் போக்கும்.

மாங்கனி

மாங்கனி மதுரம் வாசம்
வாயுவா மந்த முண்டா
மாங்கப மதிக ரிக்கு
மதிபில னுண்டா மிக்க
கோங்க ரும் பணைய செவ்விக்
கோங்கைமா மயிலே விக்கல்
நீங்கிடு மரோசி கந்தா
நெஞ்சினில் வலியும் போமே! 184

மாங்கனி, இனிமையும் மணமும் உடையது. இது வாயுவை ஏற்படுத்தும். மந்தத்தை உண்டாக்கும். கபத்தினை அதிகரிக்கும். அதிக பலத்தைக் கொடுக்கும். விக்கல், அரோசிகம், நெஞ்சுவலி இவற்றைப் போக்கும்.

வரிபீர்க்கு, மெழுகுபீர்க்கு

வரிசேர்ந்த பீர்க்கங்காய் மதுர மாகும்
வாதபித்த சேற்றுமமு மந்த மாறும்
பரிவுதரும் பசியுண்டா முதர நோய்போம்
பருக்குமுட லிருக்குமிகத் தாது வுண்டாம்
மரியதொரு மெழுகுபீர்க் கங்காய் விக்க
லய்யமருங் குளிர்சுரம்போங் காந்தி நல்குந்
துரியவிஷத் தோடுபித்தந் துலைக்கு மின்பந்
தோன்றிய மன்மதசார் வித்த தாமே! 185

வரிசேர்ந்த பீர்க்கங்காய் இனிப்புச் சுவையுடையது. வாத, பித்த, சேற்றுமம் அறும். மந்தத்தை ஏற்படுத்தும். பசியுண்டாகும். வயிற்று நோய்களைப் போக்கும். தாதுவை விருத்தி செய்து உடலைப் பருமனாக்கும்.

மெழுகு பீர்க்கானது விக்கல், ஐய நோய்கள், குளிர்சுரம் இவை போக்கும். உடலுக்கு ஒளியை உண்டாக்கும். விஷம், பித்தம் இவற்றைப் போக்கும்.

புடலங்காய், அவரைக்காய்

மிக்கதொரு புடலங்காய் குட்டந் தோஷம்
விஷசுரங்க ளிவைபோக்கும் பசியுண் டாக்குந்
தக்கபித்த மதிகரிக்கும் லகுவாந் தேகம்
தழைக்குமவரை யின்குணத்தைச் சாற்றக் கேளாய்
அக்கணமே வயிறூது மந்த வாதம்
மையமுண்டா மரிவையற்கு முலைப்பா லூறும்
போக்குமதி ருசிகாந்தி யுண்டாஞ் சீத
முற்பவிக்கும் பொற்கொடியே உணருங் காலே! 186

புடலங்காய், குட்டம், தோடம், விஷசுரங்கள் இவற்றைப் போக்கும். பசியுண்டாக்கும். பித்தத்தை அதிகரிக்கும். உடலை இலகுவாக்கும்.

அவரைக்காய் அதிகமுண்டால் வயிறு ஊதும். மந்தம், வாதம், ஐயம் ஆகியவற்றை உண்டாக்கும். அதிகச் சுவையுடன் கூடிய இவ்வவரை மெருகையும் வண்ணத்தையும் கொடுக்கும். சீதத்தையும் கொண்டுவரும் அவரைக்காய் பெண்களுக்குத் தாய்ப்பாலை அதிகரிக்கும்.

தூதுவளைச் சமூலம்

தூது பத்திரி உண்டி துலைக்கும்பூத்
தாதுவர்தனை தம்பனை செய்யுங் - காய்
வாத பித்த சிலேற்று மாற்றும்
வேர்நூறு பத்து வியாதி னொறுக்குமே! 187

தூதுவளையின் இலை நல்ல பசியை உண்டாக்கும். பூவானது தாதுவைப் பெருக்கும். காய் வாத, பித்த, சிலேத்து மங்களை மாற்றும். வேர் பல வியாதிகளைப் போக்கும்.

சுரைக்காய், முள்ளிக்காய், அரைக்கீரை

நல்ல சுரக்காய்க்கதிக வாய்வுண்டாம்
நாசமாங் கிருமிபித்த முதர ரோகஞ்
சொல்லு முள்ளிக்காய் மூலவாய்வு மந்தஞ்
சுரமலக் கட்டை துரத்தி யோட்டுஞ்
செல்லரிய வருசிதரும் நேத்திரம் நன்றாய்த்
தெரிவிக்கு மரைக்கீரை இளைய தென்னில்
வல்லதிரி தோஷமறும் நீரின் கட்டை
மாற்றுமுட லுட்சுரத்தை ஆற்றுந் தானே! 188

சுரைக்காய் அதிக வாயுவை உண்டாக்கும். கிருமிகளை அழிக்கும். பித்த வயிற்று நோய்களை மட்டுப்படுத்தும்.

முள்ளிக்காயானது மூலவாயு, மந்தம், சுரம், மலக்கட்டு இவற்றைப் போக்கிடும். அருசியைத் தரும். கண்ணொளி பெறும்.

இளசான அரைக்கீரையாயின் திரிதோஷமும் அறும். உட்சுரத்தை ஆற்றும். நீர்க்கட்டை நீக்கும்.

முருங்கையிலை, பிஞ்சு, காய்

முருங்கையிளம் பிஞ்சருந்தில் மேக வாயு
முற்றிதுன் மாங்கிஷநோயள் முழுதுந் தீரும்
நெருங்கும்பசி தாதுஉண்டா மிரவைப் போதி
னித்தமும் பயிச்தியமா மிவ்விலைச் சாறுண்டாற்
கருங்கண் மயிலே சோபம் பிலிகுன்மங்
கனவுதா னோய்க்கிருமி நாச மாகுஞ்
சுரங்குமிலை விரணநீர்க் கட்டு காசந்
துலைக்கும் புஷ்ட்டியுடன் வாய்வு தோன்றும்! 189

முருங்கைப்பிஞ்சு மேக வாயுவைப் போக்கும். துன்மாங்கிஷ நோய்கள் அனைத்தும் தீரும். பசியை உண்டாக்கும். தாதுவை விருத்தி செய்யும். இரவில் உண்டால் பித்தமாகும். முருங்கை இலைச் சாற்றினால் சோபை, பீலிகை, குன்மம், நோய்க்கிருமி இவை போக்கும். விரணம், நீர்க்கட்டு, காசம் இவற்றை நீக்கும். உடலைப் பெருக்கி வாயுவை உண்டாக்கும்.

இலைக்கறிக்குணம்

பண்டி லைக்கறி கொள்ளப் பயனில்லை
மிண்டி லைக்கறிகொள்ள விரும்பினால்
வண்ட வாசி வல்லாரை கொள்ளாரைகொள்
சுண்டி யைக்கொள் சுரைக்கொழுந்தைக் கொள்ளே! 190

இலைக்கறி உட்கொள்வதால் பயனில்லை. இருந்தும் இலைக்கறி உட்கொள்ள விரும்பிடில் வல்லாரை, கொள்ளாரை, சுண்டி, சுரைக்கொழுந்து இவற்றைக் கொள்ளலாம்.

கருணைக் கிழங்கு, முள்ளங்கி

மூலமறும் பசியுண்டாங் கிருமி போக்கு
முளரிமயி லருளுண்டாம் விழிக்குங் காந்தி
சாலவரு முடல்பருக்குங் கறணை மூலந்
தருங்குணங்கள் முள்ளங்கி குணத்தைக் கூறிற்
கோலமிகு மையமுடன் பித்தம் வாயுக்
கொதித்தெழும்பு மினியருசி குணத்தைச் செய்யும்
வாலைமதி யனையநுதற் கருங்கட் செவ்வாய்
மணிமூரற் பைந்தொடியே வகுத்துக் காணே! 191

கருணைக்கிழங்கு மூலத்தை நீக்கும். பசியை உண்டாக்கும். குடற்கிருமிகள் போக்கும். உடல் பருக்கும். விழி ஒளிபெறும்.

முள்ளங்கி ஐயம், பித்தம், வாயு இவற்றை உண்டாக்கும். கொதித்து எழும் இனிய ருசியை உண்டு பண்ணும்.

சுக்கு

தீரா வாத குன்மங்கள்
சிறந்த வர்ம மதிசாரம்
பாரீரீளை இருமலுடன்
பயின்ற காச சுவாசம்போம்
ஆரா திசையு மருசிகண்ணோ
அவற்று மையம் வித்துவிடுங்
காரார் குழலின் மடமயிலே
கடின சுக்கின் குணமிதுவே 192

தீராத வாத குன்மங்கள், வர்ம அதிசாரம், ஈளை, இருமல், காசம், சுவாசம், அருசி இவற்றைப் போக்கும் குணம் சுக்கிற்கு உண்டு.

சுக்குமிகுந் தாதுஞ் செல்லரிய சேற்றுமம்போ
மிக்கஉதி ரத்தில் வியாதிபோ மக்கணமே
மூக்குநீர்ப் பாச்சலரு மூலரோகந் திரு
மார்க்கமிரு கண்ணோ யறும் 193

தாது விருத்தி ஏற்படச் செய்தல், சேற்றுமத்தைப் போக்குதல், உதிர நோய்கள் போக்குதல், மூக்கில் பாய்ந்த நீர்ப்பாய்ச்சல், மூலம், கண்ணோய் இவற்றைத் தீர்த்திடல் ஆகியன சுக்கின் குணங்களாம்.

சுக்கைக் காய்ச்சி உண்பீராய்ச்
சூலை வாத கபதோஷம்
நிற்கு மந்த நெஞ்செரிப்பும்
நேரே செரியாப் புளித்தேப்பந்
தக்குந் தலையில் நீரேற்றஞ்
சலநோய் மிகவுந் தான்விழுதல்
மிக்க கண்ணீர் புண்ணும்
விரும்பிற் செவியும் வெளியாமே 194

சுக்கைச் காய்ச்சிக் குடிநீராக்கி உண்டால் சூலை, வாத, கபதோடங்கள், நெஞ்செரிப்பு, செரியாப்புளித்தேப்பம்,

தலைநீரேற்றம், சலதோடம், கண்ணோய், செவி நோய்கள் போன்றவற்றைப் போக்கும்.

சேர்த்துக் கஞ்சு வீரசக் கரைத்துக் கரைத்து
தேத்தி ஈருழக் கோருழக் காக்கியே
ஊற்றி ஊற்றி உறிஞ்சிக் குடிப்பீராய்
நீத்துப் பாண்டமும் நேர்பாண்டமாகுமே! 195

உண்ணும் உணவில், சுக்குச் சேர்த்துக் காய்ச்சி, முறையாக 336 மி.லி. 168 மி.லி. யாய்ச் சுருக்கி கஞ்சி குடித்தால் உடற்கு ஆகாத பண்டமும் ஆகும் பண்டமாகிவிடும்.

மிளகு

எய்யுங் கிராணி பித்தமுட
னிருமல் வாய்வு தலைநோய்போம்
நையும் படியே செய்துவிடும்
நாவுக் குரிசை உண்டாகும்
வைய மதனி லார்க்குமொரு
மாதா வதுபோ லாகுமிது
பொய்யா தானா ருரைத்தமொழி
புகழ்சேர் மிளகு தனைக்கொள்ளே! 196

கிராணி, பித்தம், இருமல், வாயு, தலைநோய் இவற்றை மிளகு போக்கிடும். நாவுக்குச் சுவை தரும். மனிதர்க்கு மாதா போல மருந்திற்கு மிளகு மாதாவாகும்.

திப்பிலி

திப்பலி உரைப்பு மிக்க
சிலேற்றுமஞ் சுவாச காச
மொப்புடன் மார்புக் கட்டு
உடம்படு மலபே திக்கு
முப்புர மெரித்த தீப்போல்
மூண்டிடும் பசிதா பங்கள்
அப்படி அவுச தங்கட்
கன்னை திப்பிலிக் காய்கோதாய் 197

திப்பிலி உரைப்புச் சுவை உடையது. சிலேட்டுமம், சுவாச காசம், மார்புக்கட்டு, பேதி, போன்றவற்றைத் திப்பிலி போக்கும். மூன்று திசைகளை எரித்த தீபோல பசியைத் தூண்டிவிடும். மேலும் பல மருந்துகளை உருவாக்கு வதற்கு இத்திப்பிலி பயன்படும்.

திப்பிலி மதுர மாகுஞ்
சேற்றுமம் வாதம் போக்கு
மொப்பருஞ் சயத்தி னோடு
காசமு மொதுங்க வோட்டு
மெப்புள மிஞ்சி தன்னால்
மெய்யினி ரெத்தம் வாங்குஞ்
செப்பிய பீன சம்போம்
சிரத்தினோய் தீருங் காணே! 198

திப்பிலி இனிப்புச் சுவை கொண்டது. சேற்றுமம், வாதம், சயம், காசம், பீனசம், தலைநோய் இவற்றைத் திப்பிலி போக்கும். இரத்தத்தை விருத்தி செய்யும்.

சீரகம்

வாயு வடசாது வன்பித்தம் வாராது
காயம் நிகழாது கண்குளிரும் - ஒயாமல்
காரளகப் பெண்மயிலே கைகண்ட தித்தனையும்
சீரகத்தின் தண்ணீர்த் திரம்! 199

சீரகம் உண்டால் வாயு, பித்தம் இவை அம்மனிதனை நாடாது. கண் குளிர்ச்சி அடையும். இவை யாவும் சீரகத்தின் குணமாகும்.

இஞ்சி

பிலமது காந்தி யுண்டாம்
பிலிகை குன்மந் தீரு
மலமருஞ் சூலை பித்தம்
வாயுவோ டய்யம் நீங்கும்

நலமிகு ருசியு முண்டாம்
நண்ணிய தோச மாறும்
அலர்முலை அணங்கே இஞ்சி
அடவுடன் அருந்து வோர்க்கே 200

இஞ்சி, காந்தி தரும். பீலிகை, குன்மம் இவை தீரும். மலமிளகும். சூலை, பித்தம், வாயு, ஐயம் இவற்றை நீக்கும். அருசி போக்கி உருசியை உண்டாக்கும். தோஷங்கள் மாறும்.

வெள்ளுள்ளி

சின்னவெள் ளுள்ளி கொண்டாற்
செப்பிய வாயுக் குன்ம
மன்னமுஞ் செல்லுங் குட்ட
மறுத்திடும் வாதந் தீரும்
சொன்னவச் சயமே பீலி
துலைத்திடுங் கிருமி மூலம்
வன்னமா முலையாய் மிக்க
வலிப்புநெஞ் சடைப்புத் தீரும்! 201

பூண்டை உட்கொண்டால் வாயு, குன்மம், குட்டம், வாதம், சயம், பீலிகை, கிருமிகள், மூலம், வலிப்பு, நெஞ்சடைப்பு இவை நீங்கும். உணவில் ஆர்வத்தை ஊட்டும்.

ஈருள்ளி

குருத்துவ முடைய தாகுங்
குட்டமு முதிரப் போக்கும்
வறுத்திய ரெத்த பித்த
மாறிடும் பசியுண் டாக்கும்
பருத்திடுங் குன்மந் தீர்க்கும்
பண்புடன் ரோகம் போம்
செறுச்செய்யும் விரண மெல்லாந்
தீர்க்கு மீருள்ளி தானே! 202

ஈருள்ளி வாயுத் தன்மையுடையது. குட்டம், இரத்தப் போக்கு, இரத்த பித்தம், இவற்றை நீக்கும். பசியை உண்டாக்கும். குன்மம், விரணம் எல்லாம் தீரும்.

புளி

புளியம் பிஞ்சு மலபந்தம்
புகலும் நடுக்காய் பயித்தியமாம்
வளரும் பழைய புளியதனால்
வயிற்றுப் பசியாம் பேதியுமாம்
கிளரும் பழைய புளிக்குணத்தால்
கிருமி நாசம் பயித்தியம்போம்
தளரு மிடையாய் கொண்டால்
சார்வா ரிதனை ஆள்வாரே! 203

வாதமே கதிக்கு மன்னாள்
வறச்சிபோம் வாய்நீ ரூறும்
ஓதுமக் கினியைப் போக்கு
முடலிநீர் குளுமை யாக்கும்
வாதியங் கிராணி வாயு
வகத்திடும் ரத்தம் போக்கும்
மேதகு புளியை நாளும்
விரும்பியே தின்றக் கானே! 204

புளியம்பிஞ்சு மலக்கட்டை நீக்கும். நடுவான காய் பித்தத்தை உண்டாக்கும். பழம்புளி வயிற்றுப் பசியை உண்டாக்கும். பேதியையும் ஏற்படுத்தும். பழம்புளி மேலும் குடற் கிருமிகளைக் கொல்லும். பித்தம் நீக்கும் குணம் கொண்டது. பத்தியத்திற்கு இதனைப் பயன்படுத்தலாம்.

புளியை விரும்பி தினமும் உட்கொண்டால் வாதத்தை ஏற்படுத்தும். வறட்சியை நீக்கும். வாயில் நீரூறும். உடல் வெப்பம் போக்கி குளிர்ச்சியைத் தரும். வாதக்கிராணி, வாயு, இரத்தப்போக்கு இவற்றை ஏற்படுத்தும்.

இளநீர்

இளைய யிளநீ ரதிசீதம்
எரியும் பித்த வாயுவறும்
முலையு முடலுள் ளனலாறு
முளலை தளியுந் தாதுவுண்டாம்
விளையு முழுக்காய் கபங்கிருமி
மெய்யிற் கிரந்தி பிலனுண்டாம்
வளருஞ் சிவந்த இளநீரால்
மாறுங் கண்ணோய் திரிதோஷம்! 205

இளநீ ரிளசின் குணங்கேளீ
ரிதமா யிருக்குங் குளுமையுண்டா
மழலே தாக போக்குவிக்கு
மான பித்தம் வாதமருங்
களப முலையிர் உட்சுரம்போங்
கண்டா யரைக்காய் பித்தமரு
முளலாக் கிருமி இதம்போக்கு
முடற்குப் பிலமா முழுக்காயே! 206

மனந்தனைத் திருத்தும் வாத
பித்தமு மளத்தி மாற்றும்
கனத்தநோய் மிகவும் வாராக்
கண்ணினைக் குளிரப் பண்ணுஞ்
சினந்தவாய் வதனைத் தீர்க்குந்
திடம்பில முண்டாங் கேளீர்
மினத்தியளவர் மலத்தை யோட்டு
மினிதுணு மிளநீ ருக்கே! 207

இளநீர் அதிக குளிர்ச்சியை உண்டாக்கும். பித்த வாய்வு நீங்கும். உடல், மார்பு இவற்றிலுள்ள அனல் மாறும். தாது விருத்தி உண்டாகும். தேங்காய் முழுக்காய் கபம், கிருமி, கிரந்தி இவை நீக்கி உடற்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும். செவ்விளநீர் கண்ணோய், திரிதோஷம் இவற்றைப் போக்கும்.

இளநீர் மனதை இதமாக்கி உடலைக் குளிரச் செய்யும். தாகத்தைப் போக்கும். பித்தம், வாதம், உட்சுரம் இவற்றைப் போக்கும். தேங்காய் அரைக்காய் பித்தம், குடற்கிருமி இவற்றைப் போக்கி உடலுக்குப் பலங்கொடுக்கும்.

வாத பித்தம் இவற்றை மாற்றும். கணை நோயைப் போக்கும். கண்ணைக் குளிர்விக்கும். வாயு நீக்கும். மலம் போக்கும். உடலுக்குப் பலத்தைத் தரும். மனதிற்கு அமைதி தரும்.

செவ்விளநீர்

காய்ந்தார் வெந்த இளநீர் கபந்திரு
மாய்ந்துவருந் தாதுசுர மாற்றுமே - ஆய்ந்ததொரு
செவ்விளநீர் பித்தஞ் சேராது கெவுளிகொண்டா
லவ்வளவுந் தாக மறும்! 208

வாதமைய்ய பித்தந் தீரும்
வரும்பில காந்தி யுண்டாம்
போத நயனந் துலக்கமுண்டாம்
பொருந்தாபந் தனைய றுக்கும்
சேத மில்லாத வாகடத்தின்
செவ்விள நீரின் குணங்கேளீர்
பேத மில்லாத மடமயிலே
பெரியோ ருரைத்த குணமிதுவே! 209

செவ்விளநீர் கபந்தீர்க்கும். தாது சுரத்தைப் போக்கும். பித்தத்தைச் சேர்க்க விடாமல் தாகத்தை மாற்றும். வாதம், ஐயம், பித்தம் இவை தீரும். காந்தி உண்டாகும். கண் ஒளிபெறும். செவ்விளநீரின் குணங்களாகச் சொல்லப்படுகிறது.

அரிய போசனங்கள் செய்து
வதற்குப்பின் னிளநீர் கொண்டால்
சிறிய வாத பித்தஞ்
சிலேற்றுமம் நாச மாகும்

விரியுஞ் சேரழலுந் தீரு
மேனியு மழகு யுண்டாகும்
வரிசையாய் நோய்கள் வாரா
மலங்களுங் கழன்று போமே! 210

மலங்கள்போம் குளிருங் கண்ணு
மனங்களுந் திருத்த மாக
மலம்பெருங் கண்ணும் நோய்தான்
மவனிடை தவிரும் நீரு
மிலங்குமெய் நன்மை யுண்டா
மெழும்பிடு முதரத் தீயும்
நலஞ்செறி யிளநீர் கின்னம்
நற்குணம் பலவு முண்டே! 211

நன்றாக உண்டபின் இளநீர் உட்கொண்டால் வாத, பித்தம், சிலேட்டுமம் இவை தீரும். மேனி அழகுண்டாகும். நோய்கள் வராமலிருக்கும். மலம் தங்காது சிரமமின்றி கழியும்.

இளநீர் உண்டால் மலம் எளிதில் கழியும். ...டல் குளிர்ச்சி பெறும். மனம் தூய்மை பெறும். துன்பந்தரும் கண்ணோய்கள் நீங்கும். உடல் பலம் பெறும். வயிற்றில் ஏற்பட்ட சூடு நீங்கும். உண்ட உணவை எளிதில் செரிப்பிக்கும்.

இளநீர் சேரா யினம்

அதிசாரம் பாண்டு வீக்கம்
அசிரணஞ் சுவாச காசம்
மதியாத கிராணி மந்தம்
வாய்த்தநோ யாளர்க் கெல்லாஞ்
சதியாகு மிளநீர் கொண்டால்
தமனியக் குளையிற் றாவி
முதிரகோல் குமிளின் மீழு
முழுநீலத் தடங்கண் ணாளே! 212

அதிசாரம், பாண்டு, வீக்கம், அசீரணம், சுவாசகாசம், கிராணி, மந்தம் ஆகிய நோய்களை உடையோர் இளநீரைப் பருகக் கூடாது.

நல்ல தண்ணீர்

ஆற்றுநீர் பித்தம் போக்கும்
அருவிநீர் வாதம் போக்கும்
ஊற்றுநீர் தாகம் போக்கும்
ஊரல்நீர் சுரமுண் டாக்குஞ்
சேற்றுநீர் தொண்டை கட்டுஞ்
செறிகுள நீர்மி டுக்காங்
கூற்றென வெடுக்கும் பித்தங்
கூறினோங் கிணற்று நீரே! 213

ஆற்றுநீர் பித்தம் போக்கும். அருவி நீர் வாதம் போக்கும். ஊற்றுநீர் தாகம் போக்கும். ஊரல் நீர் சுரமுண்டாக்கும். சேற்றுநீர் தொண்டை கட்டும். செறிகுள நீர் மிடுக்காகும். கிணற்று நீர் பித்தத்தை ஏற்படுத்தும்.

தூய்மையற்ற நீர்

**காசநீ ரிழிவுவாத குன்மமிவை கண்டநோய்*
கடிய வாதமுங் கன்னசூலை அதிசார
குட்டசய ரோகமுங் கருது மூலமும்
நாகி பீடை மிகுமாம் விரந்தலையில்
நோய்க ளான பலபேதமும் நலமிலாவு
திமிர்பித்தமு மிகவும்நாட் சிவந்துதா நோயெல்லாம்
வீசுவந்த சுரமான செந்து தாமே
விடுங்கள சுவாசமுமிக கிரிகையிதை யஸ்த்து
நோவு மதில் - மிகுதி யான பில மேறுமே
நேசமா மிரவி யுதைய மாவது
முன்னீர் மலங்கமும் விடாமுன்னே நீயமா
முதகமுண் டிடிற்பெரிய நினைவிலாரி தமுமாகுமே! 214

* பாடல் தெளிவில்லை.

குற்றமில்லாத மாசுபடிந்த நீரைப் பருகினால் காசம், நீரிழிவு, வாத குன்மம், கழுத்து நோய்கள், வாதம், கன்னசூலை, அதிசாரம், குட்டம், சயம், மூலம், தலைநோய்கள் போன்ற பலபேதங்கள் உண்டாகும்.

திமிர்பித்தம், நாட்பட்ட நோய்கள், சுரம், சுவாசநோய்கள், பலமின்மை போன்ற நோய்களும் தூய்மையில்லாத குடிநீரைப் பருகினால் உண்டாகும்.

கிணற்று நீர்

கூபநீர் வாயு தீர்க்குங்
கொடும்பித்த மதிக ரிக்குங்
தாபஞ் செரியுங் கஞ்சத்
தடாகநீர் பித்தந் தீர்க்கு
மாபரு தண்ணீர் பித்த
மாற்றியே சுகங்கொ டுக்குந்
தீபன முண்டாம் பித்தந்
செனித்திடு முவர்தண் ணீர்க்கே! 215

கூபம் எனும் கிணற்றுநீர் வாயுவைத் தீர்க்கும். தாகத்தை நீக்கும், பித்தத்தை அதிகரிக்கும். தாமரைகள் உள்ள தடாக நீர் பித்தத்தைத் தீர்த்து சுகத்தைக் கொடுக்கும். பசியை உண்டாக்கும். உப்புச்சுவை மிக்க கடல் நீர் பித்தத்தை உண்டாக்கும்.

மருமலை அதனில் நின்று
வரும்பெரு நதியின் தீர்த்தஞ்
சறுவரோ கங்கள் தீர்க்குஞ்
சவுக்கிய மிகவுண் டாக்கு
மறிவுடன் கல்வி ஞான
மாயிரா ரோக்கி யங்க
ளுருபெருஞ் செல்வ நல்கி
உள்வினை பிறவி தீர்க்கும்! 216

மலையினின்று வரும் பெருநதியின் நீர் பலநோய் களைப் போக்கும். உடல் நலம் பெறும். அறிவு, கல்வி, ஞானம், ஆரோக்கியம் ஆகிய செல்வங்களை நல்கும்.

நீர்சேர்க்குங் காலம்

வயந்தமாங் கிறிட்டி மத்தில்
மலையினீர் கூப நீராம்
உயர்ந்ததோர் வருட காலத்
துவர்தண்ணீர் நன்மை யாகு
மியந்ததா மரையின் தண்ணீர்
இயல்புள ராக்கா லத்தா
முயன்றநா ளேது மாகா
முழுவெயில் படுநீ ரன்றி! 217

விடியற்காலையில் மலைநீருக்கு கிணற்று நீரின் குணங்களே பொருந்துவதாகும். உவர்த் தண்ணீர் ஒரு வருடம் கடந்ததும் நன்மை பயக்கும். தாமரைத் தண்ணீர் இராக் காலத்தில் ஆகாது; முழு வெயில் படும்நீர் நல்ல நீராகப் பயன்படும்.

நீர் சேர்க்கும் விதம்

தாகமதி சோகமருவி ரத்த பித்தந்
தணியுமுடல் வேட்கைவிஷஞ் சாந்த மாகும்
போகமிகுந் தண்புனலின் குணங்க ளாகும்
பொழுதுவிடி வளவுமின்னீர் பொசிக்க லாகா
வாகுடைய போசனாந் தியத்தி லன்றி
மறந்தொருக்கா லெனுமன்னீர் மடுக்க லாகா
மோகமொடு தாகமிக வாகி லன்னீர்
மொண்டுமொண்டு கொப்பளிக்க மூர்ச்சை தீரும்! 218

தண்புனலின் குணங்களாகப் பின்வருவன கூறப்பட்டுள்ளன.

தாகம், அதிசோகம், இரத்த பித்தம், உடல் வேட்கை இவை தணியும். உடலில் ஏறிய விஷம் சாந்தமாகும். பொழுது

விடியும்போது இந்தத் தண்ணீரைப் பருகலாகாது. உணவுடன் இந்நீரை அருந்தலாம். தாகம் அதிகமாகும் போது இத்தண்ணீரில் முகங்கழுவி வாய் கொப்பளிக்க மூர்ச்சை தீரும்.

பருகலாகாத் தண்ணீர்

கனத்திடும் வெய்ய தண்ணீர்
கலங்கிய புதிய தண்ணீர்
வனத்துரை சருகு தண்ணீர்
வழக்கமாய் ஓடாத் தண்ணீர்
புனிற்றிளந் தோகை யன்னீர்
நாறலாய்ப் புழுத்த தண்ணீர்
தனிக்கதிர் மதியங் காணாச்
சலமிவை உண்ண லாகா! 219

வெயிலேறிய தண்ணீர், கலங்கிய புதிய தண்ணீர், காட்டில் சருகேறிய நீர், தேங்கிய தண்ணீர், நாற்றம் கொண்டு புழுத்த தண்ணீர், சூரிய ஒளிபடாத தண்ணீர் ஆகியன உண்ணலாகாதத் தண்ணீராகும்.

சீரிய குளுந்த தண்ணீர்
சிறந்ததோ ரப்பி யங்கம்
பாரினில் வாதஞ் சூலை
பாரநெஞ் சடைப்பு விக்கல்
பேரிய திமிரங் குட்டம்
பீனசங் கண்ட ரோகங்
கூறிய சுகமி வற்றிற்
கொண்டிடில் விரோத மாமே! 220

சீரிய குளிர்ந்த தண்ணீர் சிறந்த அப்பியங்கம், வாதம், சூலை, நெஞ்சடைப்பு, விக்கல், திமிரம், குட்டம், பீனசம், கண்டரோகம் இவற்றைப் போக்கும் குணமுடையது.

நீர்காய்ச்சும் பாத்திரம்

சுத்தநீர் காய்ச்சும் பாத்திர
முத்தமா மாகுஞ் சொன்னே
னுத்தம மண்ணின் பாத்திர
மிரசதம் விஷத்தை யோட்டு
மத்திம மதுவாஞ் செம்பின்
பாத்திரம் தர்ம மாகுஞ்
சித்த சாதியை நேராகுந்
தெரிவையே தெரிந்து கொள்ளே! 221

மண்பாத்திரத்தில், வெள்ளி பாத்திரத்தில் நீரைக் கொதிப் பித்தால் தண்ணீரில் உள்ள விஷத் தன்மைகள் நீங்கும். செம்புப் பாத்திரத்தில் தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்தால் மத்திம குணத்தைப் பெறலாம்.

வெந்நீர் காய்ச்சும் பாத்திரம்

காய்ச்சிடும் பாத்திரம் கனக முத்தமந்
தீச்சுடா விஷங்களைத் தீர்க்கும் வெள்ளியே
ஆச்சிது மத்திப மதற்மந் தாம்பிற
வாச்சிது உத்தமம் மண்ணின் பாத்திரம்! 222

வெந்நீரைப் பொன் பாத்திரத்தில் காய்ச்சுவது உத்தமம். அது அனைத்து விஷங்களையும் போக்கும். வெள்ளிப் பாத்திரத்தில் காய்ச்சுவது மத்திமம். தாமிரத்தில் காய்ச்சுவது அதர்மம். மண் பாத்திரத்தில் காய்ச்சுவதும் உத்தமம்.

வெந்நீர் குணம்

வாத குன்ம மறுஞ் சூலை
சீத சேத்மஞ் சிறுஞ் சுரம்போங்
காதும் புண்ணுங் கண்ணுந் தீரு
மூதுந் தண்ணீ ருண்ணீ ருண்ணீரே! 223

வெந்நீரைப் பருகினால் வாத குன்மம் அறும். சூலை, சேத்துமம் இவை மிகும். சுரம் நீங்கும். காது, கண் இவற்றில் தோன்றும் புண் நீங்கும்.

மின்னிய வளைக்கை நல்லாய்
மிக்கதோர் வென்னீர் தன்னை
மன்னிய இரவிற் கொள்ள
மலபந்தஞ் சுத்தி யாகுந்
துன்னிய வாத பித்தந்
துரத்திடு மையந் தீர்க்கு
மன்னிய வரோசி கம்போ
மக்கினி தீப மாமே! 224

வெந்நீரை இரவில் உட்கொண்டால் மலபந்தம் சுத்தியாகும். வாதபித்தம், ஐயம், அரோசிகம் இவை தீரும். பசியுண்டாக்கும்.

நெஞ்செரிப்பு நெற்றிவலி நீங்காப் புளித்தேப்பம்
வஞ்சமிகும் வாதம் வயிற்றுநோய் - செஞ்சொலாய்
விழாமல் கட்டு மீறியே காய்ந்தநீ
ராழாக்கு நக்க வறும்! 225

நெஞ்செரிப்பு, நெற்றிவலி, புளித்தேப்பம், வாதம், வயிற்றுநோய் ஆகியவை முழுமையும் கொதித்த வெந்நீர் 165 மி.லி. குடிக்க தீரும்.

ஆறிய வெந்நீர் கொண்டால்
அதிரத்த பித்த மாறுங்
கூரிய சன்னி வாதங்
கொடுஞ்சுர மேக ரோகஞ்
சீரிய விஷமுள் வேக்கை
அக்கினி மந்தந் தீரு
மூரிய வமுர்தச் சொல்லாய்
பழமறை உரையி தாமே 226

கொதித்து ஆறின வெந்நீர் அதி ரத்த பித்தத்தை மாற்றும். சன்னி வாதம், கொடுஞ்சுரம், மேக நோய், வேட்கை, அக்கினி மாந்தம் ஆகியவற்றைப் போக்கும்.

வெந்நீர் குடிக்கத்தகாதோர்

தூயதோர் வென்னீர் தன்னைத்
தொடவொணா வறட்சி யாங்கேள்
ஆயதோ ரானி ஆடி
அலிசிறார் சூலி யோடு
மாயமா னனைய கண்ணாய்
வாலிபர் முதியோர் பித்த
நோயுளார் கண்ட மாலை
நோவுளார்க் காகா தென்றும்! 227

வெந்நீரைப் பருகினால் வறட்சியை உண்டாக்கும். ஆனி, ஆடி மாதங்களில் வெந்நீர் பருகுவதைத் தவிர்க்கலாம். குழந்தைகள், வாலிபர், முதியோர், பித்த நோய் கண்டோர், கண்டமாலை நோயுடையோர் ஆகியோர் வெந்நீரைத் தவிர்த்திடுதல் நலம்.

குளிர்ந்த தண்ணீர்

ஆதவ னஸ்த்த மித்தா
லவனுதிப் பளவுஞ் சாற்றுஞ்
சீதளத் தண்ணீர் தானே
சிறுதுளி உண்ண லாகா
கோதர வுண்ணும் வேளை
கொள்ளலாஞ் சும்மா கொள்ளில்
வேதனை செய்யுந் தாக
மிகுந்தாற் கொப்பளிக்க வேண்டும்! 228

சூரியன் மறைந்த பின்னர் மீண்டும் அவன் தோன்றும் வரையும் சீதளம் உண்டாக்கக் கூடிய குளிர்ந்த தண்ணீரை உட்கொள்வதைத் தவிர்க்க வேண்டும். பிறநேரங்களில் இந்நீரை அளவுக்கு மிகாமல் பருகலாம். தாகம் அதிகமாயிருப்பின் கொப்பளிக்கலாம்.

தாகந் தீரும் விஷந்தீரும்
தக்க வயிற்றின் மந்தமறும்
போகு மூர்ச்சை உண்டிணமும்
போகுந் தாது வர்த்தினையாம்
வாகு முலையீர் மேல்நோக்கி
வந்த ரெத்த பித்தமறு
மாகா திதுதா னசராக்கால்
தரியுங் குளுந்த தண்ணீரே! 229

தாகம், விஷம், வயிற்று மந்தம், மூர்ச்சை, உட்டிணம், இரத்தபித்தம் ஆகியவற்றைப் போக்கும் தன்மை குளிர்ந்த நீருக்கு உண்டு. தாதுவை விருத்தி செய்யும்.

தண்ணீர் உண்ணுங் காலம்

உண்டபின் தண்ணீர் தன்னை
உண்ணுதல் நன்மை யாகு
அண்டதின் முன்னே கொண்டால்
அக்கினி மந்த மாகும்
விண்டதி னிளைப்புண் டாகில்
நடுநீர் கொள்ள வேண்டாம்
பண்டையில் வேத வாய்மை
பகர்ந்ததை உரைக்க லுற்றேன்! 230

சாப்பிட்ட பின் தண்ணீர் பருகுவது நல்லது. உணவின் முன் நீர் கொண்டால் அக்கினி மந்தமாகும். உண்ணும் போது இளைப்பு உண்டாகி நடுநீர் கொள்வது நல்லதல்ல என்று பண்டையோர் சொன்னதை நானும் சொல்கிறேன்.

பாலின் குணம்

எருமையின் பாலினில் வாதந் தணித்திடு
மருவுசெம் மறிப்பால் வாயுவைத் தீர்த்திடும்
பெருமைசேர் பசுவின்பால் பித்தந் தணித்திடும்
பருகுவெள் ளாட்டின்பால் மூன்றும் பறக்குமே! 231

எருமைப்பால் வாதத்தைத் தணித்திடும். செம்மறியாட்டின் பால் வாயுவைத் தீர்த்திடும். பசுவின் பால் பித்தத்தைத் தணித்திடும். வெள்ளாட்டின் பால் வாத, பித்த, கபம் ஆகிய இம்மூன்றையும் ஓடச் செய்யும்.

பசும்பாலின் குணம்

வெண்பசுவின் பால்போக்கும் பித்தத்தை மெய்சிவந்த
வண்பசுவின் பால்போக்கும் வாதத்தை - பண்புடைய
காராவின் பால்போக்கு மையைக் கபிலையின்பா
லாராய்வார்க் கில்லைநோ யாங்கு! 232

வெண்பசுவின் பால் பித்தத்தைப் போக்கும். சிவப்புப் பசுவின் பால் வாதத்தைப் போக்கும். காராம் பசுவின் பால் ஐயத்தைப் போக்கும். கபிலையின் பால் பல நோய்களையும் போக்கும்.

நரைதிரை மூப்பாம் மூன்றும்
நாசமாம் நீர்க்க டுப்பு
சுரமதி தாபஞ் சத்தி
சோபமோ டிரத்த பித்தம்
விரவிய இளைப்புத் தீரும்
மென்முலைப் பால்சு ரக்கும்
அரனரு ளுண்டாங் கண்டீர்
ஆவின்பா லருந்து வோர்க்கே! 233

காந்தத்தை ஏற்படுத்தும் ஆவின்பால் நரை,திரை, மூப்பு, இவற்றைப் போக்கும். நீர்க்கடுப்பு, சுரம், அதிதாபம், வாந்தி, சோபை, இரத்தபித்தம், இளைப்பு ஆகியவற்றை நீக்கும். தாய்ப்பாலைச் சுரப்பிக்கும்.

தேனே ஆவின் பால்தனக்குத்
தின்னும் பத்திய முடல்சாறுந்
தானே மேனி தடித்திருக்குந்
தாது வளருந் தளராது

ஊணே சிறிதூண் மாறாது
உயரும் நோய்கள் கண்ணோய்போம்
மானே இனிய தாகமும்போ
மதமும் வடிவு முண்டாமே! 234

பசும்பாலை உட்கொண்டால் அதனதன் சத்துகள் எளிதில் உடம்பில் சாரும். உடல் பருக்கும். தாது வளர்ச்சி பெறும். சில நோய்கள் நீங்கும். கண்ணோய், தாகத்தை நீக்கும். அழகுண்டாகும்.

எருமைப்பால்

வடங்கிடந் திலங்குங் கொங்கை
வன்முலை மகளிர் கேண்மோ
குடமுலைச் செறுத்தன் மேதி
குலவுபா லினித்தி ருக்குந்
திடம்பிலம் புஷ்ட்டி தாது
வர்த்தனை தினமுண் டாகும்
படர்ந்திடும் வாய்வு மந்தம்
பறந்திடு மேக ரோகம்! 235

எருமையின் பால் இனித்திருக்கும். உடற்குப் பலந்தந்து தாது விருத்தி செய்யும். வாயுவையும் மந்தத்தையும் புண் களையும் உண்டு பண்ணும். மேக நோயைப் போக்கும்.

வெள்ளாட்டுப் பால்

மிக்க வெள்ளாட் டின்பால்
மென்குளை வாசம் வீசுந்
துக்கமேல் மலத்தைக் கட்டுந்
துலைவிலா விஷங்கள் வாத
மக்கர்செய் வியாதி யைய
முட்சுரங் கடிருஞ்.................
சிக்கெனப் பித்தந் தோன்றுந்
தீபன மதிக மாமே! 236

நாட்டுப் பாச்சடை நாறும் பயித்தியந்
தீட்டுப் பார்க்கா மவிஷம் நீங்கிடும்
கேட்டுப் பாரு மலங்கட்டுங் கிட்டும்
வெள்ளாட் டுப்பால் சயவாத மடக்குமே! 237

உண்டாம் வெள்ளாட்டுப் பால்தா
னுனரி னுடல்தா னிறுகுதலால்
தண்டால் தண்ணீ ரிளகுதலால்
தனியே இருந்து தன்மையதாற்
பண்டே நீக்கு மொழிமடவாய்
பகரி லிறச்சிப் பால்காலங்
கொண்டால் வாத பித்தமும்போம்
கோலம் பிறக்கு மேனியுமே! 238

வெள்ளாட்டுப் பால் நல்ல வாசனையுடன் காணப்படும். மலத்தை இறுக்கிக் கட்டும். சிறு விஷங்கள், வாதநோய், உட்சுரம் போன்றவற்றை நீக்கும். பித்தத்தைத் தோற்றுவிக்கும். பசி அதிகமாகும். சயவாத நோயை அடக்கும். உடற்குப் பலந்தந்து உடலுக்கு இறுக்கம் தரும். காலையில் வெள்ளாட்டின் பாலையும் பகலில் அதன் இறைச்சியையும் உட்கொண்டால் வாதபித்தம் தீரும். உடல் அழகுபெறும்.

செம்மறியாட்டுப் பால்

குலவிய செம்ம றிப்பால்
குருத்துவ முடைய தாகும்
பிலமுடன் புஷ்ட்டி யுண்டாம்
பெருத்திடும் யோகம் தாது
மலபந்தஞ் செய்யும் மூலம்
அவன்பிணி அனைத்துந் தீருந்
திலதவா னுதலாய் கேளாய்
தித்திக்கு மந்த மாமே! 239

செம்மறியாட்டுப்பால் குருத்துவமுடையது. பலத்தோடு உடல் பருமனாகும். தாது விருத்தியாகும். மலபந்தம் உண்டாகும். மூல நோய்கள் தீரும்.

பால் காய்ச்சும் வகை

பாலது காய்ச்சு கின்ற
பதஞ்சொல்லக் கேளாய் மின்னே
கோலநீ ரிரண்டு பங்குங்
கூறும்பால் நாலு பங்கு
மேலவே விட்டுத் தண்ணி
ரிருபங்கும் வற்றக் காய்ச்சி
ஞாலமீ துண்ணும் ரண்டு
நாழிகைக் கப்பா லாகா! 240

தண்ணீர் இரண்டு பங்கு, பால் நான்கு பங்கு சேர்த்து, இரண்டு பங்கு தண்ணீரும் சுண்டக் காய்ச்சிப் பருக வேண்டும். காய்ச்சிய பாலை நாற்பத்தெட்டு நிமிடங்களுக்குள் பருக வேண்டும்.

பாலுண்பார்க் கினிதாங் கற்கண்டு சீனி
பழமொடு தேனிஞ்சி திரிகடுகு நெல்லி
கோலஞ்சேர் முந்திரி நேர்சீறி தாட்டுக்
குருவிமயில் முற்பனடி யுடும்பு மானாந்
தாலஞ்சோற் கீரை புளியோ டுப்புத்
தயிர்பிண்ணாக் கிலைகறிகொள் ளிவை களாகா
வேலஞ்சேர் தாம்பூலம் பால்செ ரிக்கு
மெல்லையரிந் தருந்துவது பொருந்துங் காணே! 241

பால் உண்போர் கற்கண்டு அல்லது சீனியைப் பாலுடன் கலந்து உண்பது நல்லது. பழங்களோடு, தேன், இஞ்சி, சுக்கு, மிளகு, திப்பிலி, நெல்லி, முந்திரி இவற்றையும் பாலுடன் சேர்த்து உண்ணலாம். குருவி, மயில், உடும்பு, மான் இவற்றின் கறிகளைப்பால் உண்ணும்போது உண்ணலாகாது. புளியோடு உப்பும் சேர்த்துக் கடைந்த கீரை, தயிர், புண்ணாக்கிலை,

கறி, கொள் இவைகளையும் தவிர்க்க வேண்டும். தாம்பூலம் போடுவது பாலைச் செரிப்பிக்கும். இப்படி பொருந்துவது அறிந்து உண்பது சிறப்பு.

பசும்பால் குடிக்கத் தகாதோர்

குட்டம் விரணஞ் சலக்கழிச்சல்
கொடிய மேக மதிசாரந்
தொட்ட கிராணி நீர்ப்பாடு
துடரு மந்தாக் கினிகிருமி
முட்ட வளரு முடமயிர்நோய்
முதிருமா மச்சுரஞ் சேற்றுமம்
நட்ட மிகுமன் னோயினர்கள்
நன்னார் பசுப்பா லுண்ணாரே! 242

குட்டம், இரணம், சலக்கழிச்சல், மேகம், அதிசாரம், கிராணி, நீர்ப்பாடு, மந்தாக்கினி, கிருமி, முடமயிர் நோய், சுரம், சேத்துமம் ஆகிய நோய் கொண்டோர் பசும்பால் தவிர்த்தல் நலம்.

பால் காய்ச்சும் பாத்திரம்

தாம்பிரம் வாதம் போக்குந்
தமனியம் பித்தம் போக்கும்
மேம்படும் வெள்ளி அபயம்
விலக்கிடும் வெங்க லந்தான்
சோம்பிய ரத்த பித்தந்
துலைத்திடு மன்னி னன்மை
யாம்பசுப் பாலை யிதிற்
காச்சுதல் கிழ தென்றே! 243

பசும்பாலைத் தாமிர பாத்திரத்தில் காய்ச்சிப் பருகினால் வாதம் நீங்கும். தங்கப் பாத்திரத்தில் காய்ச்சிப் பருகினால் பித்தம் நீங்கும். வெள்ளிப் பாத்திரத்தில் காய்ச்சிப் பருக கபம் நீங்கும். வெங்கலப் பாத்திரத்தில் காய்ச்சிப் பருகுவதால் இரத்த பித்தம் நீங்கும்.

அன்றதா மிரும்பின் பாத்திர
மானதிற் பாலைக் காய்ச்ச
நின்றதாங் கிருமி அய்யம்
பயித்தியம் விரணம் நீங்கும்
நன்றதாங் காந்த சட்டி
திரிதோஷம் நலியுங் குன்ம
மொன்றிய மேகங் குட்டம்
புண்புழுச் சூலை யோட்டும்! 244

மேலும் பாலை இரும்புப் பாத்திரத்தில் காய்ச்சிக் குடித்து வந்தால் வயிற்றுக் கிருமிகள் நீங்கும். ஐயத்தையும், பித்தத்தையும் போக்கி, புண்களைக் குணப்படுத்தும். காந்த சட்டியில் பால்காய்ச்சி உண்டால் திரிதோடங்கள், குன்மம், மேகம், குட்டம், புண், புழுக்கள், சூலை போன்றவை நீங்கும்.

தாய்ப்பால்

தாகமெய்ப் பிரமை மூர்ச்சை
சாற்றுமுட் சுரங்கள் பித்தஞ்
சோகஞ்சேர் சன்னி வாதஞ்
சொல்லிய சுரந்தா னெட்டும்
மோகஞ்சேர் நயன ரோகா
முழுதுமனோந் திளைத்தோர் வாலாக்
காகுமென் றிருசி சொன்னா
ரருவையர் முலையின் பாலே! 245

தாகத்துடன் கூடிய வெக்கை, மூர்ச்சை, உட்சுரங்கள், சன்னிவாதங்கள், பித்தம், சோகை, பிரமை இவற்றை மாற்றும். எட்டு வகையான சுரங்கள், கண்நோய்கள், சன்னிவாதம், அருசி இவற்றைப் போக்கும் சிறப்புள்ளது தாய்ப்பாலாகும்.

தாய்ப்பால் உண்ணத் தகாதோர்

சூலியா கிராணி நோயா
துடர்குளிர் வெப்பு நோயா
மேலுரு விஷபா கத்தா
வியனதி சார முத்தோர்

கோலியர் பாண்டு ரோகங்
கொண்டவ ரரோசி கத்தர்
பாலேறு மொழியார் கொங்கைப்
பால்தொட லாகா தென்றே! 246

கிராணி நோய்கள், குளிர் சுரம், விஷபாகங்கள், அதிசாரம், பாண்டு, அரோசிகம், வீக்கம், தாகம் கொண்டோர் ஆகியோர் தாய்ப்பாலைப் பருகலாகாது.

கழுதைப்பால்

அரியகத்த பத்தின் நிம்பா
லதுகூட்ட வாசம் வீசும்
பெருமத மூர்ச்சை சித்த
பிரமையும் மாதம் நீங்கும்
வருசுக சன்னி தோஷம்
வன்பித்த விகார மாறும்
விரணமோ டெரிகி ரந்தி
விஷமிவை நாச மாமே! 247

கத்தபம் எனப்படும் கழுதையின் பால் வாசம் வீசும். மூர்ச்சை, சித்தபிரமை இவற்றை நீக்கும். சுகசன்னி, தோஷம், பித்தவிகாரம், விரணம், எரிகிரந்தி, விஷம் இவற்றையும் கழுதைப்பால் போக்கும்.

தேங்காய்ப்பால்

புகைந்தெழு மிரும லீளை
போக்கிடும் வாத பித்தம்
வகைந்தருஞ் சூலை தோஷ
மாறிடுந் தாது வுண்டா
மகன்றவாய்ப் பல்லு நோவு
மற்றிடுங் கிருமி தீர்க்குஞ்
சுகந்தரும் பசியுண் டாக்குந்
துருவிய தேங்காய்ப் பாலே! 248

தேங்காய்ப் பாலால் இருமல், ஈளை, வாதபித்தம், சூலை, தோடம் இவை குணமடையும். தாது விருத்தி யடையும். வாய் நோய்கள், பல்நோய்கள் இவற்றைப் போக்கி கிருமிகளைப் போக்கிடும். நல்ல பசியை ஏற்படுத்தும்.

பசுவின் தயிர், எருமைத் தயிர்

மதுர மாகு முட்சுரம்போம்
வாயுத் தீருங் குருத்துவமா
மிதழா யிருக்குஞ் சேற்றுமமா
மிசைந்த பசுவின் தயிர்குணந்தான்
புதமே எருமைத் தயிர்கொண்டால்
பொருந்து மதுரங் காந்தியதா
மதமே பித்த மதிசார
மறிக்கும் பிலமு மதிகநன்றே! 249

பசுவின் தயிர் இனிப்புச் சுவையுடன் கூடியது. உட்சுரம், வாயு இவற்றைத் தீர்க்கும். சேற்றுமத்தைப் போக்கும்.

எருமைத் தயிர் உட்கொண்டால் இனிப்புச் சுவை உண்டாகும். உடல் காங்கை, அதிசாரம், பித்தம் இவற்றை நீக்கும்.

வெள்ளாட்டுத் தயிர்

வாயு வகலுங் குன்மமறும்
வலிய சயம்போம் பாண்டுவும்போந்
தியு மூல வாயுவருஞ்
சிலேற்றும ரோகந் தனைப்போக்குங்
காயுஞ் சுரம்போங் காமாலை
காத வளிக்கப் பாலோடு
மேயு மினிய வெள்ளாட்டின்
மிக்க தயிரின் குணமிதுவே! 250

வாயு அகலும்; குன்மம் நீங்கும். சயம், பாண்டு, மூல வாயு, சிலேட்டும நோய் இவற்றைப் போக்கும். சுரம், காமாலை போன்ற நோய்களும் குணமாகும்.

தீரா வீக்கம் பாண்டுருவஞ்
செல்லாக் குன்ம மதிசாரம்
பேரா மேகங் குட்டமுடன்
பெருகுஞ் சோப தாபமரும்
மேரா லோருங் குணமிதுகாண்
முருக்குந் தொண்டைச் செங்கனியும்
நேரா மதரப் பூங்கனியே
நெய்யின் குணத்தை இனிக்கேளே! 251

தீராத வீக்கம், பாண்டு, குன்மம், அதிசாரம், மேகம், குட்டம், சோபை, தாபம் ஆகிய நோய்கள் வெள்ளாட்டுத் தயிரை உண்பதால் நீங்கும்.

பசுவின் நெய்

ஆவிநெய் மதுரங் காந்தி
யாம்பித்த ரெத்தந் தீருஞ்
சீவசஞ் சீவி யாகுந்
தீபன முண்டாம் புஷ்ட்டி
பாவனை யெய்து மின்னம்
பாரதிற் பிலனுண் டாகும்
மேவிய வாத பித்த
சிலேற்றுமம் விரைந்து போமே! 252

பசு நெய் மதுரமானது, வெப்புண்டாக்கும், இரத்த பித்தம் தீரும். உயிர் வாழ்க்கைக்கு இது சஞ்சீவி போன்றது. நல்ல பசியை உண்டாக்கும். இப்பசுவின் நெய் உடலுக்குப் புஷ்டியைத் தரும். வாத, பித்த சிலேட்டும நோய்களை விரைந்து அகற்றும்.

சத்தி பித்தந் தணிப்பிக்குந்
தாக முழலை வறச்சியும்போ
மத்தி சுரம்போஞ் சரீரநன்றா
மந்திர வாயு உள்மூலங்
குத்து மிருமல் குடல்பிரட்டுக்
குன்ம வாயு வயிறெரிப்பு

மெத்தும் பிரமிய மெலும்புருக்கி
வெக்கை தீரும் பசுவின்நெய்க்கே! 253

வாந்தி, பித்தம், தாகம், உழலை, பிரமியம், வறட்சி, அத்தி சுரம், அந்தர வாயு, உள்மூலம், இருமல், குன்ம வாயு, குடல் பிரட்டுதல், வயிற்றெரிச்சல், பிரமியம் எலும்புருக்கி, வெக்கை ஆகிய நோய்களைப் பசுநெய் நீக்கும்.

நல்லெண்ணெய்

கண்களைக் குளிர்ச்சி யாக்குங்
கண்டத்தி லிருமல் போக்கு
மொண்கதிர் நிறமுண் டாக்கு
முதிர்த்திடுஞ் சரீரம் நன்றாய்
வண்கதிர் கத்தை போல
வளர்ந்திடு மயிர்கள் தானு
மென்புவி யோர்கள் போற்று
மென்றுநல் லெண்ணெய் தானே! 254

நல்லெண்ணெய் கண்களைக் குளிர்ச்சியாக்கும். இருமல் போக்கும். உடற்குப் பருமனையும் நல்ல நிறத்தையும் கொடுக்கும். உரோமம் நன்றாக வளர்ச்சி பெறும். நல்லெண்ணெய் எல்லோரும் போற்றும் ஒன்றாகும்.

வெள்ளெள்ளின் எண்ணெய்

கோதில்வெள் ளெள்ளி னெண்ணெய்க்
குணத்தி னப்பைங் கினந்தான்
ஆதியாஞ் சிரசில் நின்று
அகய ளளவுந் தேய்த்து
காதிலும் நாசி தன்னில்
கண்ணிலும் விட்டு வாயிற்
போதவே அடக்கிக் கொண்டு
பொருமக்கொப் பளிக்க வேண்டும்! 255

கொப்ப ளித்தால் நல்லெண்ணெய்
கோதிலாக் காதுக் காகு
மெப்புட னடியிற் தேய்த்தால்
விழிதனை விளக்கஞ் செய்யும்
அப்படி விழியி லிட்டா
அழகிய பல்லுக் காகுந்
தப்பியே சிரசில் தேய்க்கச்
சரீரங்க ளெங்குங் காக்கும்! 256

காக்குமே விழிக்கெண் ணெய்தான்
காதலாய்த் தேய்த்துக் கொண்டாற்
போக்குமே வாத பித்தம்
பொருமிய சேற்று மத்தை
நீக்குமே தாது வுண்டாய்
நீளிடுஞ் சரீர புஷ்ட்டி
ஆக்குமே சம்பீ ரச்சா
ரதனுடன் வெந்நீ ராடி! 257

தலையில் வெள்ளை எள்ளின் எண்ணெயைத் தேய்த்து காது, நாசி, கண் ஆகியவற்றிலும் எண்ணெய் விட வேண்டும். வாயிலும் எண்ணெய் ஊற்றி கொப்பளிக்க வேண்டும்.

எண்ணெய் கொப்பளித்தால் காதிற்கு நன்மை உண்டாகும். கால் பாதத்தில் தேய்த்தால் கண் ஒளிபெறும். கண்ணில் விட்டால் பல்லுக்காகும். சிரசில் தேய்த்தால் உடலுக்கு ஆகும் என்பர்.

விழிக்குள் விடும் எண்ணெயால் விழி நலம் பெறும். எண்ணெயை உடலில் பூசிக் கொண்டால் வாதபித்தம், சேற்றுமம் இவற்றை நீக்கும். தாதுவிருத்தி உண்டாகி சரீரம் புஷ்டியாகி பலமுடன் காணப்படும். எலுமிச்சம் பழச்சாறுடன் வெந்நீர் சேர்த்துப் பருகலாம்.

ஆடவர்க் கழகு காக்கு
மாகு மப்பைங் கினந்தான்

நீடிய போது கைகால்
நெஞ்சுதா னங்க ளசந்து
நாடிய சகணங் கொப்பூழ்
நகஞ்சரு வாங்கந் தேய்க்கச்
சாடுமண் டலத்தி னுள்ள
சாரும்நோ யெல்லாந் தீரும்! 258

எண்ணெய் முழுக்கு ஆடவர்க்கு அழகைக் காக்கும். கை, கால், நெஞ்சு, கொப்பூழ், நகக்கண் ஆக உடல் முழுதும் தேய்த்து முழுகினால் பலவகை நோய்கள் நீங்கிப் போகும்.

தேன்

தேனா மதனின் குணந்தானே
செப்பக் கேளு மடநல்லீர்
வானோர் தனக்கு மதுபிரியம்
வாத சுவாச சயந்திரும்
ஆனால் நல்ல சிலேற்றுமத்தை
அறுக்குஞ் சர்வ சுரந்தீர்க்குங்
காணா மயிலே வாந்தியறுங்
கண்டால் திபன பேதியதே 259

தேன் எல்லோர்க்கும் பிடித்தமான ஒன்று. இது வாதம், சுவாச சயம், சிலேற்றுமம், பல்வகைச் சுரங்கள், வாந்தி இவை நீங்கும். பசியை உண்டாக்கும். இத்தேன் பேதியை உண்டாக்கும்.

கண்ணும் புண்ணுங் கடுகத் தீர்ந்திடுங்
கடிய ஈளை இருமலும்போம்
பண்ணு மிசையும் பாடவரும்
பரிய வுடம்பு நோய்தீர்க்கு
மெண்ணு மதிய திபனமா
மிட்ட மருந்துக் கனுபானம்
வண்ணக் கிளிமொழி மாதேகேள்
மதித்த தேனின் குணந்தானே! 260

தேனைத் துணை மருந்தாக்கி உண்ணும்போது கண்ணோய்கள், இரணங்கள், ஈளை, இருமல் இவை தீரும். தீபனத்தை உண்டாக்கும். தொண்டையைச் செம்மைப்படுத்தும். மருந்துகளுக்கு அனுபானமாகும். பலநோய்களைத் தீர்க்கும்.

தேனே தேனின் குணங்கேளாய்
தித்தித் திருக்குந் திரிதோஷந்
தானே கதறிக் கொண்டோடுஞ்
சருவ சுரமுந் தணிவாகும்
ஊனே உருக்குஞ் சயமனைத்தும்
ஒட்டும் விட்டு மலக்கட்டைக்
கானே புகுது மெரிபோலக்
கடுகி முடுகும் பசிதானே! 261

தேன் இனிப்புச் சுவை உடையது. திரிதோஷம், அனைத்து வகைச் சுரங்கள், சயம், மலக்கட்டு இவற்றைப் போக்கும். பசியை உண்டாக்கும்.

கண்ணி நோயறுங் காயம் வறளுமெய்ப்
புண்ணு மீளை இருமலும் போமிடற்
றெண்ணி லோசை எழும்புத்தி யேமிகும்
நண்ணுந் தேனை அருந்திடில் நன்றோ! 262

தேன் உண்பதால் கண்நோய் நீங்கும். உடல் வறட்சி யடையும். உடலில் ஏற்பட்ட புண்கள், ஈளை, இருமல், தொண்டைக் கமறல் ஆகியன நீங்கி நலம் பெறலாம்.

கஞ்சி காய்ச்சுகிற நிதானம்

கருதியே நாழி நீரைக்
காய்ச்சியே பாதி யாக்கி
ஒருபடி பழைய சம்பா
அரிசியை உலையிற் போட்டுப்
பெருகவே பாக மான
பொசித்தி டின்முத் தோஷ
முருகிய தாப மூர்ச்சை
உட்சுர மனைத்தும் போமே! 263

1.3 லி. நீரைப் பானையில் ஊற்றி பாதியாகக் கொதிக்க வைத்து அந்த உலையில் *1.3*லி. சம்பா அரிசியைப் போட்டு கஞ்சி காய்ச்சி அருந்தினால் முத்தோடங்கள், தாபம், மூர்ச்சை, உட்சுரம் அனைத்தும் நீங்கும்.

அன்னத்தின் குணம்

பழையபச் சரிசி அன்னம்
பாரும் வாத சேற்றுமங்கள்
உழலை அகலும் பசியுண்டாம்
உண்டாம் பிலமும் வெகுருசியும்
மழலை மொழியாய் புழுங்கலன்ன
மாறுந் தோஷம் பயித்தியங்கள்
அழலுஞ் சுரம்போம் வாயுவறு
மதிதீ பனமும் லகுவுமுண்டே! *264*

பழைய பச்சரிசி சோறு வாதம், சிலேத்துமங்கள், உழலை இவற்றை அகற்றி பசியையும் பலத்தையும் உண்டாக்கும். புழுங்கலரிசிச் சோறு உண்டால் தோஷம், பித்தம் இவை மாறும். அழற்சுரம் போம்; வாயு நீக்கி அதிக பசியைத் தூண்டிவிடும்.

குழைசலன்னம்

குழைச லன்னந் தனைவிரும்பிக்
கொண்டா லுடலந் துற்பிலமாம்
பழைய வாயு அதிகரிக்கும்
பைய வையந் தான்வளையுந்
தளையு முதிர ரோகமெல்லாஞ்
சத்தி யெடுக்கும் விக்கலுண்டாம்
உளையு முடம்பிற் குத்துண்டா
மொண்ணா தொண்ணா திவைதானே! *265*

குழைந்த சாதத்தை மக்கள் விரும்பி உண்பர். குழைந்த அன்னம் உடலுக்குப் பலக்குறைவை ஏற்படுத்தும். வாயு அதிகரித்து, ஐயம் கூடி, இரத்தம் தொடர்பான நோய்கள்

உண்டாகி வாந்தியும், விக்கலும் ஏற்பட்டு, உடம்பில் குத்தலுண்டாக்கி தொல்லைகளைக் கொடுக்கும்.

குழைச லன்ன முண்டாலங்
குண்டாம் புளிப்பு மரோசிகமும்
பேசும் வாயு வதிகரிக்கும்
பிரியா திருகண் ஏல்மருட்டுங்
காசம் வரும்நீ ராமைவருங்
கருவுங் கிருமி உற்பவமாந்
தேசு மொழியுங் கள்ளுண்டார்
செயலு மயிலுஞ் செய்திடுமே! *266*

குழைந்த அன்னத்தை உட்கொண்டால் புளிப்பும், அரோசிகமும் உண்டாகும். வாயு அதிகரித்து கண்ணில் மருட்சி ஏற்படும். காசம், நீராமை, கிருமி இவை உண்டாகும். கள்ளுண்டார் பெறும் செயல்களை இவரும் மேற்கொள்வர்.

சுத்த நீரன்னம்

சுத்தநீ ரன்ன முண்டாற்
சுகம்பில மையஞ் சீத
மெத்தவாம் பசியு முண்டா
மிகுருகி லகுவு மெய்தும்
பித்தமோ டதிக வாய்வு
பேதிக்கும் வயிறு சள்ளு
மொய்த்த காமாலை பாண்டு
மூத்திரக் கிரீச்சும் போமே! *267*

சுத்த நீரன்னம் உண்டால் ஐயமும், சீதமும் உண்டாகும். பசியைத் தூண்டும். உண்டபின் உடம்பு இலகுவாக விருக்கும். பித்தம், அதிக வாயு இவை உண்டாகும். வயிறு பேதிக்கும், காமாலை, பாண்டு, மூத்திரக்கிரீச்சரம் இவை நீங்கும்.

தினை, கம்பன்னக் குணம்

தினையி னன்னந் திரிதோஷந்
தீர்க்கு முடம்பி லுஷ்ணமாம்
நினையும் வாத சருவசுரம்
நீங்கும் அதிக தீபனமா
மினிய கம்பு மதுரமிதா
மிதனால் வாத பித்தமுறும்
புனையு மந்தப் புதுச்சோறு
பழஞ்சோ றாகிற் பொருந்திடுமே! 268

தினை அன்னம் திரிதோஷத்தைத் தீர்க்கும். உடம்பிற்கு உஷ்ணத்தை ஏற்படுத்தும். வாதம், அனைத்து வகைச் சுரங் களையும் போக்கும்; பசியையுண்டாக்கும். இனிப்புச் சுவை உடைய புதிய கம்பஞ் சோறு வாத பித்தத்தை உண்டாக்கும். அது பழஞ்சோறானபின் உண்டால் உடலுக்குப் பொருந்திடும்.

சோளம், வரகு, கேழ்வரகு

திண்ணிய சோளச் சோறு
சீதளம் வாத மையம்
நண்ணிடும் வரகு வாயு
சேற்றும பித்த நல்கு
மெண்ணிய வுடம்பி ருக்குங்
கேவுருக் கெரிவு தாபங்
கண்ணிய வாயு பித்தங்
காட்டுமைக் கருங்கண் மாதே! 269

சோளச் சோற்றை உண்டால் சீதள மேற்படும். இது மேலும் வாதத்தையும் ஐயத்தையும் ஏற்படுத்தும்.

வரகுச்சோறு வாயு தன்மையுடையது. சேற்றுமத்தையும், பித்தத்தையும் ஏற்படுத்தும். கேழ்வரகைச் சமைத்துக் கூழாக்கி உண்டால் எரிவு, தாபம் ஏற்படும். வாயு பித்தம் உண்டாகும்.

சாமை, புல்லரிசி

வெய்ய சாமை அன்னமனல்
மேகங் கிரிச மதிகரிக்குந்
துய்ய பசியாம் வாயுவுருஞ்
சோர்வா யுடலந் துற்பிலமாம்
நொய்யும் புல்லின் சோறுதான்
நோவு பீலி விரணமறும்
நய்யுந் துன்மாங் கிசமல்குவர்
நன்றா யெடுக்குந் தீபனமே! 270

சாமையில் சமைத்த சோறு அனலை உண்டாக்கும். மேகம், இளைப்பு இவற்றை உண்டாக்கும். பசியை ஏற்படுத்தும், வாயு உண்டாகும். உடல் சோர்வு ஏற்பட்டு துர்பலத்தைப் பெறும்.

புல்லின் சோறு வலி, பீலிகை, விரணம் இவற்றைப் போக்கும். துன்மாங்கிஷமான இப்புல்லரிசி நல்ல பசியை ஏற்படுத்தும்.

போசனங்கொள்ளும் வேளை

போசனங் கொள்ளும் வேளை
பொருந்தவே உரைக்கக் கேளும்
பாசமாம் சாம மொன்றில்
பரிந்திடும் வியாதி யெல்லாம்
மாசறு ரெண்டாஞ் சாம
மதிற்பில மலகுண் டாகும்
பேசிய மூன்றும் நாலும்
பெருக்கவே வியாதி யுண்டாம்! 271

முதல் சாமத்தில் $8\frac{1}{2}$ மணிக்குள் உண்பதால் நோய்கள் உண்டாகும். இரண்டாம் சாமத்தில் உண்பதால் ($8\frac{1}{2} + 3 - 11\frac{1}{2}$ சுமார் 11 மணி) உடற்குப் பலனுண்டாகும். மூன்றாம், நான்காம் சாமங்களில் ($11\frac{1}{2} + 3 + 3 = 17\frac{1}{2}$) $5\frac{1}{2}$ மணிக்குள் உண்பது வியாதி பெருக வழிசெய்யும். எனவே முதல்

வேளை 11.30 மணி அளவிலும் இரண்டாம் வேளை 6 மணி அளவிலும் உண்பது நலம். இருவேளை மட்டுமே உண்ண வேண்டுமென்பது கருத்து.

போசனஞ்செய்து நடக்கும் விதம்

செய்யுமா போச னங்கள்
செய்தபின் னூற டித்தான்
பைய்யவே நடந்தி ருந்து
பாக்கிலை அருந்திப் பின்னுந்
துய்யதோ ரிடக்கை கீழாய்த்
துயில் செய்யச் சுகமுண் டாகு
மையுறு விழியி னாளே
வாகடத் தியல்பு தானே! 272

ஒதில் மிக்க வுலகத்தில் நன்றதாய்
உபாய சித்திதரும் புகழுந்தரும்
வாத பித்த மகன்றிடும் நல்லதா
மாதர் கொட்டிக்கும் புத்திக்கும் வித்தைக்குந்
தாது விர்த்திக்குந் தாம்பூலச் சேர்வைதான்
தாரணிக் குளச்சக லசன மெல்லாம்
வேத மோதிய மூன்று திரங்கொள்
மேவு ரோகம் விடுபட்டு ஒடுமே! 273

உணவு உட்கொண்ட பின்னர் ஒரு நூறடி தூரமாவது நடந்திடல் வேண்டும். பின் வெற்றிலைபாக்கு உண்டு, இருந்து பின்னர் இடக்கை கீழாய் துயிலுதல் வேண்டும். அவ்வாறு நடந்தால் உடற்குச் சுகமுண்டாகும். உண்டபின் படுக்கச் செல்லலாகாது என்பது கருத்து. உண்டபின் ஒரு மைல் நட என்பது பழமொழி.

இவ்வாறு முறையுடன் நடந்தால் சித்தி தரும், புகழ் தரும், வாத பித்தம் அகன்று தாது விருத்தி அடையும். வேதம் சொல்லிய மூன்று காலங்களில் தாம்பூலங் கொள்வது சிறப்பு. இதனால் பல நோய்கள் பயந்தோடும்.

தாம்பூலம் தரித்தல்

காலை புள்வேறக் கடுவுச்சி நீரேற
மாலை இலையேற வாழ்வோருங் - கோதாய்கேள்
காலை மலமறுக்குங் கட்டுச்சி சோறருக்கு
மாலை பரிமளிக்கும் வாய்! 274

காலையில் பாக்கை அதிகமாக்கி தாம்பூலம் கொண்டால் மலம் எளிதில் கழியும். நடுப்பகலில் சுண்ணத்தை அதிகம் சேர்த்துண்டால் உண்ட உணவு சீரணமாகி பசியைத் தூண்டும். மாலையில் வெற்றிலையின் எண்ணிக்கையை அதிகமாக்கி உண்டால் வாய் மணக்கும்.

தாம்பூலம் தரிக்குங் காலம்

தருமுகிற் குழலி னாளே
தாம்பூல மருந்த வேண்டில்
அரும்பொழு தெழுந்த போது
மன்னமே பொசித்த போது
மிருவிழிநிற் றுயிலும் போது
மிப்படி யருந்த வேண்டி
மருவுசேர் பொதிகை மேவும்
மாமுனி யருளி னாரே! 275

பெரியோர்கள் சொன்னபடி தாம்பூலம் அருந்தும் முறை இப்பாடலில் கூறப்படுகிறது. காலை துயில் எழுந்தவுடன், உணவுண்ட பின், தூங்கப்புகும் முன் என்ற இம்முக்காலமும் வெற்றிலை அருந்துவது சிறப்பு.

சாத்திரப் படியே மீறித்
தாம்பூல மிகுந்து தின்றால்
போத்திடும் பாண்டு ரோகம்
போர்விழி புகைந்து காட்டும்
வேத்துமை யுடம்ப தாகும்
வேரது குலையுந் தந்த

மாத்திட மருந்து மில்லை
மாமுனி யருளி னாரே! 276

இம்முக்காலம் மிகுந்து தாம்பூலம் தரித்தால் பாண்டு நோய் உண்டாகும். விழியில் புகைச்சல் ஏற்படும். வேறு பல வேறுபாடுகள் உடம்பில் ஏற்படவும் இது வழி வகுக்கும்.

சந்தனம்

சீதந்தரு மெய்யங் கத்தில்
திரு வியாதி தான்திரும்
....
....
வாத மகலு மப்பொழுதே
மருவுந் தாது வர்த்திக்கும்
போதுந் திருவும் விட்டகலாம்
புதுசும் பூணும் புத்தியுமே! 277

சந்தனம் சீதள குணமுடையது. இதனை உடம்பில் பூசிக் கொண்டால், வாதம் அகலும்; தாது விருத்தி அடையும். மனம் செம்மை பெற்று புத்தி உண்டாகும்.

புகையிலை

வாந்தி பித்தம் வருவிக்கும் மெய்மயக்கும்
காந்தி பித்தந்தனைக் கதிப்பிக்குந் - தோந்த
சலதோஷங் காட்டுஞ் சருவ விஷமகற்றுங்
குணமாம் புகையிலையின் கொள்! 278

புகையிலை உண்பதால் பித்தம் அதிகரித்து வாந்தியை ஏற்படுத்தும். மயக்கம் ஏற்பட்டு உடல் காந்தும். சலதோடத்தை ஏற்படுத்தும். பலவகை விடங்களையும் அகற்றும் தன்மை புகையிலைக்கு உண்டு.

கஞ்சா

கற்பமே யரிந்து கொண்டு
காலோடு காலு முட்டி
அற்புத யோகஞ் செய்து
அறிவினா லறிவைப் பற்றிச்

சுக்கில மிருக்க வேண்டி
சுழிமுனை நாடி யூடே
சிக்கென யிருந்து கொண்டான்
சிவகுரு நாதன் றானே! 279

கஞ்சாவை கற்பமாக்கி உட்கொண்டால் பல நன்மைகளைப் பெறலாம். காலோடு கால் சேர்த்து நிகழ்த்தக் கூடிய அற்புத யோகங்களைச் செய்து, அறிவதை முறையாக அறிந்து செயல்பட்டால் சுழிமுனை நாடியினூடே சுக்கிலம் சிக்கென இருந்து கொள்ளும் என்பது பெரியோர் வாக்கு.

பூரணமாய் மெஞ்ஞானந் தோன்றுந் தோன்றும்
போதமொடு வேதாந்தந் தோன்றுந் தோன்றும்
நாரணரும் நான்முகனுந் தேடிக் காணா
நாதாந்தத் திருநடன நளினந் தோன்றும்
ஆரணமும் அஞ்செழுத்தும் முன்னே தோன்றும்
அண்டரெண்ட பேரண்ட பதமுந் தோன்றுங்
காரணமாய் மெஞ்ஞான வீடுந் தோன்றுந்
கஞ்சாவா மானந்தக் கற்பந் தானே! 280

மெஞ்ஞானமும் பூரணமாய்த் தோன்ற வேதாந்தம் தோன்றும். நாரணர், நான்முகன் இவர்கள் தேடிக் காணா சிவநளினம் தோன்றும். அதாவது கஞ்சாக் கற்பம் உண்டால் இறைவன் நமக்குக் காட்சி அளிப்பான். ஆரணமும் அஞ்செழுத்தும் தோன்றும். அண்ட பேரண்டமும் தோன்றும். வீடுபேறும் அடையலாம். எனவே கஞ்சாவை கற்பமாக்கி உண்டால் நோயும் வராது, மகிழ்ச்சியோடு இறைவன் பாதத்தைத் துதிக்கலாம்.

வெள்ளாட்டு மாமிசம்

சொல்லும் வெள்ளாட் டிறைச்சி
துற்பிலந் தவிர்க்குங் குன்மம்
புல்லிய மூல வாயுச்
சயமிவை போக்குங் கிராணி

கல்லவாஞ் சருவ பத்திய
மாமிகு லகுவுண் டாகும்
முல்லையை நகைக்குங் கோல
முகின்முலைத் திருவன் னாளே! 281

வெள்ளாட்டு இறைச்சி துற்பலத்தைக் கெடுத்துப் பலன் கொடுக்கும். குன்மம், மூலவாயு, சயம் ஆகிய நோய்களைப் போக்கும். நல்ல பத்தியக் கறியாகும். கிராணி நோய்களைப் போக்கும். பித்தம் போக்கி உடம்பை இலகுவாக்கும்.

செம்மறியாடு, காட்டாடுகளின் மாமிசம்

செம்மறி யிறைச்சி வாத
கரம்பிலஞ் சேற்றும முண்டாம்
கொம்மைவெம் முலைநல் லாளே
குருத்துவம் பிறக்குங் காட்டாட்
டம்மவெஞ் சுரஞ்சு வாச
காசம்போ மருசி யும்போம்
விம்மிய சன்னி வாத
வேதைமுக் காதம் போமே 282

செம்மறியாட்டின் இறைச்சி வாதம், சேற்றுமம் இவற்றைத் தரும். குருத்துவம் உண்டாக்கும். காட்டாட்டின் இறைச்சி வெஞ்சுரம், சுவாசகாசம், அருசி, சன்னி வாதம் இவற்றை நீக்கும்.

பன்றி இறைச்சி

நாட்டினிற் பன்றி சூலை
மூலநோய் நாச மாகும்
மீட்டிய பிலங்கு ருத்துவ
மருசிகரம் புஷ்ட்டி யெய்துங்
காட்டிநிற் பன்றி வாதம்
பயித்திய கபமுன் றும்போம்
வாட்டிய பசியுண் டாகு
மனதுரம் மியமு மாமே! 283

பன்றி இறைச்சியை உண்டால் சூலை, மூலம் இவை நீங்கும், குருத்துவமாகும். அருசி நீங்கி உடல் பலமுண்டாகும். காட்டுப்பன்றி வாத, பித்த கபநோய்களைப் போக்கும்; பசியை உண்டாக்கும்.

மானிறைச்சி, கடமானிறைச்சி

வனத்துறை மானி றைச்சி
வன்பிலன் பித்த முண்டா
மனற்றரு மூல வாயு
வறும்விழி காந்தி யாகுஞ்
சனித்திடு பேதிக் காகாத்
தருங்கட மானி றைச்சி
கனத்திடும் வாயு வோடு
குருத்துவங் காட்டுங் காணே! 284

மானிறைச்சி நல்ல பலமுண்டாக்கும். பித்தம், மூலம், வாயு இவற்றைப் போக்கும். கண் ஒளி பெறும். பேதிக்கு ஆகாது. வாயுவோடு குருத்துவத்தையும் காட்டும் பண்பு கடமானிறைச்சிக்கு உண்டு.

முயலிறைச்சி

குதிதரு முயலி றைச்சிக்
குணங்காச மேகம் போக்கு
மதிபிலன் புஷ்ட்டி யுண்டா
மக்கினி விருத்தி யாகுஞ்
சதிசெய்யும் பித்த மாறுந்
தாது வர்த்தனை கைமீறுங்
கதிரொளி போல நேத்திரங்
காந்தி யுற்பவிக்குங் காணே! 285

முயலிறைச்சி காசம், மேகத்தைப் போக்கும். உடல் பலம் பெற்று புஷ்டியாகும். அக்கினி விருத்தியாகும். பித்தம் நீங்கி தாது விருத்தியடையும். கதிரவனின் ஒளி போல விழி ஒளிபெறும்.

உடும்பிறைச்சி

உடும்பதி னிறைச்சி தாது
வர்த்தனை ரசனை யுண்டாங்
கடும்பிலன் நேத்திர காந்தி
காட்டிடுந் தாகந் தீரு
மடும்பில விஷம்போஞ் சிந்தைக்
கருசியாம் பித்தஞ் சற்றா
மிடும்பைபோ மலகு வாங்காய்
மிளம்பிடி நடைச்செந் தேனே! 286

சுவையுடனிருக்கும் உடும்பின் இறைச்சியால் தாது, விருத்தியடையும். உடற்கு நல்ல பலம் தரும். கண் சூடாகும். அதிதாகம், சிறுவிடங்கள், பித்தம் இவை நீங்கும்.

வெள்ளெலி, சுண்டெலி, இருமானெலி, இறைச்சி

வெள்ளெலி புஷ்ட்டி யோடு
ருசிதரு மேகம் போக்குந்
தள்ளரு மூல வாயுச்
சயமருந் தீடு மாற்று
மொள்ளிய சுண்டான் கொண்டா
லுத்தம முத்தோ ஷம்போங்
கொள்ளவு மிருமான் பன்றிக்
குணமெல்லாங் காட்டுங் காணே! 287

வெள்ளெலி புஷ்டியுடன் ருசியுந் தரும். மேகம், மூலவாயு, சயம், மருந்தீடு இவற்றை நீக்கும். சுண்டெலியின் இறைச்சியால் முத்தோடம் போகும். இருமானெலியின் இறைச்சி, பன்றி இறைச்சியுடன் ஒப்பிடக்கூடியது.

பெருச்சாளி, கீரியிறைச்சி

ஆகுவி னிறைச்சி மூல
வாயுவை யரிக்குந் தூது
சேகரங் கொடுக்கும் பொல்லாப்
புண்ணுக்குத் தீங்க தாகும்

வாகுள கீரி சோபை
மாற்றிடும் பித்த மைய
மேகுதல் செய்யும் வாத
மெழும்புங் கார்மழைக் கண்ணாளே! 288

ஆகுவி எனப்படும் பெருச்சாளியின் இறைச்சி மூல வாயுவை எரிக்கும். பெரும்புண்ணிற்குத் தீங்கு தரும். கீரியின் இறைச்சி சோபையை மாற்றும். பித்தம், ஐயம் நீங்கி வாதம் எழும்பும் தன்மை கொண்டதாகும்.

மீன்கொத்தி, கொக்கிறைச்சி

சீரிய பிலனுண் டாகுந்
தீயமுத் தோஷந் தீரும்
வீரிய விர்த்தி யுண்டாம்
மீன்கொத்தி யிறைச்சி தின்றால்
கூரிய பகுவாய்ச் செங்கட்
கொக்கதி மதுர மாகும்
பூரித்த தாது வுண்டா
மேகமுங் போங்கண் டீரே! 289

மீன்கொத்தி இறைச்சி உடலுக்கு நல்ல பலத்தைக் கொடுக்கும். கெடுதல் செய்யும் முத்தோடங்கள் தீரும். வீரிய விருத்தி உண்டாகும்.

கொக்கின் கறி தின்றால் மதுரமாகும். தாதுவிருத்தி உண்டாகும். மேகமும் போகும்.

காடை, கவுதாரி இறைச்சி

காடையி னிறைச்சி வெக்கை
தருஞ்சலக் கழிச்சல் போகுஞ்
சாடிய வாதோற் பத்தி
சருவபத் தியமு மாகுந்
தேடிய கவுதா ரிக்கே
யக்கினி மந்தஞ் சேற்ம

நீடிய விரத்த பித்தம்
நீங்கிடும் லகுவுண் டாமே! 290

காடையின் கறி வெக்கை குணமுடையது. இது நீர்க் கழிச்சலை நிறுத்தும். வாதத்தைத் தோற்றுவிக்கும். பித்தத்தை உண்டாக்கும்.

கவுதாரி கறியானது அக்கினி மந்தம், சேற்றுமம், இரத்த பித்தம் இவற்றைப் போக்கி உடலை இலகுவாக்கும் குணமுடையது.

குக்கிட இறைச்சி

குக்கிட யிறைச்சி தாது
வர்த்தனை பிலன் கொடுக்கும்
மெய்க்குள்ளே வேகங் காட்டும்
நேத்திர விளக்கஞ் செய்யும்
புக்குரு வாயு வெல்லாம்
புறங்கொடுத் தோடுங் கண்டாய்
மைக்குழல் வனச்ச செங்கை
மதுகர விழியினாளே! 291

குக்குடம் எனப்படும் கோழி இறைச்சி தாதுவை உண்டாக்கும்.

உடற்குப் பலம் கொடுக்கும். உடம்பினுள் வேகத்தை, சூட்டை உண்டாக்கும். கண்களுக்குத் தெளிவைத் தரும். வாயுவை விரட்டி அடிக்கும்.

காட்டுக்கோழி, நீர்க்கோழி இறைச்சி

காட்டு வாரணத் திரச்சி
லகுவுண்டாங் கணமா செல்லா
மோட்டுமுத் தோசங் குட்ட
முதறுநீர்க் கோழி பித்தம்

வீட்டு மெய்பிலன் குருத்துவஞ்
சிலேற்றும மிகவுண் டாகுஞ்
சூட்டுநற் புத்தி நல்கு
மஞ்சுகச் சொல்லி னாளே! 292

காட்டுக் கோழியின் கறி உடம்பை இலகுவாக்கும். குட்டம், முத்தோடங்களை விரைந்தோட்டும். நீர்க்கோழி பித்தத்தை ஏற்படுத்தும். பலத்தைத் தந்து குருத்துவம் உண்டாக்கும். சிலேட்டுமத்தையும் நற்புத்தியையும் உண்டாக்கும்.

கானாங்கோழி, அதன் முட்டைக் குணம்

கானாங் கோழி கிராணிபித்தங்
கடிய வுண்ணாக் கிருமல்குட்ட
மூணா விரணஞ் சீதளத்தோ
டுருக்குங் காச மிவையோட்டுந்
தேனார் மொழியாய் கோழிமுட்டை
திரிதோ ஷம்போம் புஷ்ட்டியுண்டா
மானா திருக்கும் பிலவானுக்
காகு மல்லார்க் காகாதே! 293

கானாங்கோழி கிராணி, பித்தம், உண்ணாக்கு, இருமல், குட்டம், ஆறாதவிரணம், சீதளம், காசம், இவற்றை நீக்கும். அதன் முட்டைக்கு முத்தோடத்தைப் போக்கி புஷ்டி மற்றும் பலனைக் கொடுக்கும் பண்புண்டு.

தவிட்டுப்புறா, தாரா இறைச்சி, முட்டை

மிக்க தவுட்டுப் புறாவிரச்சி
மிகவுப் புரைக்கு மகத்துவமாந்
தக்க மூன்று தோஷமும்போந்
தாரா விரைச்சி பிலன்கொடுக்குஞ்
சிக்குந் தாது வர்த்தனையாந்
தீர்க்கு முட்டை திரிதோஷம்
போக்குந் தாது வர்த்தனையா
முவாக்கோட் டனைய முலைமாதே! 294

தவிட்டுப்புறாவின் இறைச்சி மகத்துவம் மிக்கது. இது முத்தோடமும் போக்கும். தாரா இறைச்சி பலங்கொடுக்கும். தாதுவை விருத்தி செய்யும். அதன் முட்டை திரிதோஷத்தைப் போக்கும். தாதுவை விருத்தி செய்யும்.

ஊர்க்குருவியின் இறைச்சி, ஆண் பெண் பிரிவு

ஊரக் குருவி திரிதோஷ
மோட்டும் பசியாம் ருசியுண்டாந்
தேரிற் சுக்கில மதிகரிக்குஞ்
சேற்றுமஞ் சற்றே யங்குரிக்கும்
பாரிற் பொசிக்கு மாங்கிசத்தி
விளசாய் வலியப் படுத்ததுவாய்
நேரிற் பட்சிப் பெண்ணுருவோம்
நிகழ்த்து மிருகத் தானாமே! 295

ஊர்க்குருவியின் இறைச்சி திரிதோஷத்தை ஒட்டும். சுவைமிக்க இவ்விறைச்சி பசியைத் தூண்டும். சுக்கிலத்தை அதிகரிக்கும். சேற்றுமத்தைச் சற்று கூட்டும்.

மாங்கிஷத்தில் உண்ணத்தகாதது

வற்றநற் கிழடு நோயுருவம்
வலிய விடத்தால் மாண்டதிவை
சற்று மாகாக் குடல்சிரசு
நீர்ப்பா டெடுக்குந் தருமிரத்த
முற்ற தாது வர்த்தனையாஞ்
சூட்டுக் கறியிற் பிலனுண்டாம்
பற்று முப்புக் கண்டந்தீ
பனமுண் டாகும் பத்தியமே! 296

மாமிசத்தின் தன்மைகள் கூறப்பட்டுள்ளன. கிழடான வற்றின் மாமிசம் நோயை உண்டாக்கும். விடந்தீண்டி மாண்டவற்றின் மாமிசம் சிரசு நீர்ப்பாட்டை உருவாக்கும். இரத்தத்தோடுள்ள கறி தாது விருத்தியை உண்டாக்கும்.

உப்புக் கண்டம் உண்டால் உண்டதைச் சீரணமாக்கி பசியை உண்டாக்கும்.

பச்சை யிறைச்சி யவிச்ச தண்ணீர்
பாரிற் புதிதாய்ப் பொசிப்பவற்கு
மிச்ச முறவே மெலிந்தவர்க்கும்
வேண்டு மருந்துக் கனுபான
மிச்சை யுடனே செய்வோர்க்கு
மினிதா முடலிற் பிலன்கொடுக்கு
மச்சறவே புஷ்ட்டி யுண்டாம்
அதித வாத கரமாமே! 297

பச்சையிறைச்சியை அவித்த தண்ணீரை அருந்துவர் மெலிவடைவர். மருந்துகட்கு அனுபானமாகக் கொள்வோர் உடம்பு பலமடையும். உடம்பு புஷ்டியாகும். அதீத வாதத்தை உண்டாக்கும்.

உதர ரோகம் பிரமேக
முரைக்கும் நீர்ப்பா டிவையல்லா
லதன மாகும் வன்குட்ட
மரிய விடங்கண் வச்சுரங்க
ளிதமில் லாத வதிசார
மினங்கு வாருக் கிணங்காமற்
சதிகள் காட்டு மிரச்சியெனத்
தடுத்த வேதம் படித்தாரே! 298

வயிற்றுநோய், பிரமேகம், நீர்ப்பாடு இவை குறையும். குட்டம், விடங்கள், சுரங்கள், அதிசாரம் போன்ற நோய் களையும் இறைச்சி வகைகள் குணப்படுத்தும்.

கெளுத்தி, கெண்டை

இனிய கெளுத்தி பச்சையெனி
லிதமா யிருக்குங் குருத்துவமாம்
நினையுந் தாது வர்த்தனையாம்
நெருங்குஞ் சுடகந் திரிதோஷம்

தனையும் போக்குந் தாதுவுண்டாஞ்
சலத்தில் கெண்டை பச்சையெனில்
வளையுங் குழலாய் குருத்துவமாம்
வற்றல் வாத கரமாமே! 299

பச்சைக் கெளுத்தி மீன் எனில் உண்பதற்கு இதமாயிருக்கும். குருத்துவமாம். தாது விருத்தியடையும். திரிதோஷத்தையும் போக்கும். கெண்டைமீனைப் பச்சையாக உண்டால் குருத்துவம் உண்டாகும். வாதம் ஏற்படும் என்பர்.

வெளிச்சை, அயிரை, விலாங்கு, கிராசு, குரவை

பாயும் வெளிச்சை குருத்துவமாம்
பகரும் வற்றல் வாதகர
மாயு மயிரை குருத்துவமா
மதிக மந்தந் தான்பிறகு
மேயும் விலாங்கு பித்தகர
மிசையுங் கிராசு மலபந்தந்
தோயுங் குரவை யதிமதுரந்
துலையாங் கபங்க ளுண்டாமே 300

வெளிச்சை மீனைச் சமைத்துண்டால் குருத்துவமாம். வெளிச்சை கருவாடு உண்டால் வாதமாம். அயிரைமீன் குருத்துவமுடையது. அதிக மந்தத்தை ஏற்படுத்தும். விலாங்குமீன் பித்தத்தை ஏற்படுத்தும். கிராசு மலபந்தத்தை ஏற்படுத்தும். மதுரமான குரவை மீன்கள் கபத்தை உண்டாக்கும்.

வாளை, இராட்டு, சூட்டுமீன்

வாளை பொசித்தால் மயிர்வளரும்
வாதஞ் சேற்றுமம் பித்தமுண்டாம்
ஆளை வளர்க்கும் பிலன்கொடுக்கு
மரிய தாது வர்த்தனையாம்
நீளு மிராட்டுக் கருமைவெண்மை
நிறமா மிரண்டும் வெக்கையதாங்
கேளுஞ் சூட்டு மீன்பித்தங்
கிளரும் வாதஞ் சிறிதுண்டே! 301

வாளை உண்டால் முடி நன்கு வளரும். வாத, சேத்தும, பித்தம் உண்டாகும். உடலுக்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும். உடம்பை வளர்க்கும். இன்னும் தாதுவை விருத்தியடையச் செய்யும். கருவிராட்டு, வெண்விராட்டு, இவை வெக்கையை ஏற்படுத்தும். சூட்டுமீன், பித்தத்தைக் கிளறும். வாதத்தையும் சிறிது உண்டாக்கும்.

முயலிறைச்சி

கடியதோர் நடையுண் டாக்குங்
கனத்ததோர் பித்தம் போக்கு
முடிகிய யிரும லீளை
முதிர்ந்ததோர் காசம் போக்கும்
வடுவுயர் கண்ணி னாளே
மாந்துளிர் போல மேனி
முடிகிய தாகம் போக்கு
முயற்கறி குணங்கள் தானே! 302

முயலிறைச்சியை உண்டால் கடிய நடை உண்டாக்கும்; பித்தம் போக்கும். இருமல், ஈளை, காசம் இவற்றைப் போக்கும். மாந்துளிர் போல மேனி பளபளக்கும். இது அதிதாகத்தைப் போக்கும்.

பத்தியக்கறி

பொன்னாங் காணி சிறுகீரை
புதிய நறுநெய் விரால்குரவை
சொன்னோங் கோவை முசுமுசுக்கைத்
துளிர்புளி யாரை நறுமுருங்கை
பன்னார் பாகை வெள்ளுள்ளி
பரிய யிருள்ளி செங்கீரை
நன்னீர் பாய்ந்த சிறுபயிறு
நலமே சிறுத்த கத்தரிக்காய்
பொன்னே பூத்த வெள்ளரிக்காய்
புகலுந் துவரை நெத்திலியாந்

தின்னீர் காணு மிதுவெல்லாந்
திண்ண மருந்தும் வாய்த்ததுவே! 303

பொன்னாங்காணி, சிறுகீரை, நறுநெய், விரால், குரவை, கோவை, முசுமுசுக்கை, புளியாரைத் துளிர், முருங்கை, பாகல், வெள்ளுள்ளி, ஈருள்ளி, செங்கீரை, சிறுபயிறு, கத்திரிக்காய், வெள்ளரிக்காய், துவரை, நெத்திலி ஆகியவை உண்ண வாய்த்ததாம்.

மானோ ரனைய விழியணங்கே
வயிறுங் கழியு மனிதருக்கு
கானே வாளு முயலுடும்பு
காடைக் குருவி கவுதாரி
ஊனே பெருத்த வெள்ளாட்டு
உப்புக் கண்ட மத்திக்காய்
வானோர் புகழு வாழைப்பூ
வளருங் கச்சல் புளியாரை
தேனே யாகும் வெள்ளாட்டின்
சேர்ந்த தயிரு மிவையாமே! 304

வயிறு கழியும் மக்கள் முயலுடும்பு, காடை, குருவி, கவுதாரி இவற்றின் கறி, வெள்ளாட்டு உப்புக்கண்டம், அத்திக்காய், சிறப்புடைய வாழைப்பூ, வாழைக்கச்சல், புளியாரை, வெள்ளாட்டுத் தயிர் இவற்றை உண்பது நல்லது.

கொள்ளுக் காய் கும்மட்டி
செம்மறி யாட்டுக் கறியே
முள்ளுப் பிலாக்காய் பாகல்காய்
முதிய அவரை பயிற்றங்காய்
பள்ளத் தெழுந்த செளுஞ்செம்பு
பாரவ கத்தி பாவைகெண்டை
யெள்ளத் தனையுந் தின்பிரார்
இட்ட மருந்து மிழந்திரே! 305

கொள்ளுக்காய், கும்மட்டி, செம்மறி ஆ -டுக்கறி, பலாக்காய், பாகற்காய், அவரை, சேப்பங்கிழங்கு, ட'யிற்றங்காய், அகத்தி,

பாவை, கெண்டைமீன், எள் ஆகிய பொருட்களை மருந்துண்ணும் காலத்தில் உண்பதைத் தவிர்க்கவும். இவற்றை உண்டால் உண்ட மருந்தின் தன்மை கெட்டுவிடும்.

கிள்ளுக் கீரை அரைக்கீரை
கிடங்கிற் படருஞ் செம்புடனே
துள்ளப் பொரித்த பூசணிக்காய்
சுண்டை யவரை பெரும்பயிறு
கொள்ளும் வாழைக் காயுடனே
கூறும் பாகற் காய்கூட்டி
யெள்ளத் தனையுந் தின்பீரா
யிட்ட மருந்து மிழந்திரே! 306

கிள்ளுக்கீரை, அரைக்கீரை, சேப்பங்கிழங்கு, பூசணிக்காய், சுண்டை, அவரை, பெரும்பயிறு, வாழைக்காய், பாகற்காய், எள் இவற்றை மருந்துண்ணும் காலத்தில் தவிர்க்க வேண்டும் என்பதையே இப்பாடல் விளக்குகிறது.

கீழெலி பன்றி யீசல்
கிளர்ந்தமாப் பண்ட மாங்காய்
பாலிலோர் நீரி லுள்ள
பனம்பழம் பாலிற் சோறும்
வாளிலோர் சுரக்காய் முத்தல்
வழுதலை குக்கி டங்கள்
சூளநோய் கொண்ட பேர்கள்
சூழ்ந்திடிற் சேர்வை யாமே! 307

கீழெலி, பன்றி, ஈசல், மாப்பண்டம், மாங்காய், பனம்பழம், பால்சோறு, சுரைக்காய், வழுதலை, கோழி இவற்றைச் சூலை நோய் கொண்டோர் சேர்த்துக் கொள்ளக் கூடாது.

சுரங்களுந் தொந்த மான
சுரங்களு மதிசா ரத்தின்
சுரங்களுஞ் சன்னி பாத
சுரங்களுந் தருணச் சோதி

சுரங்களு மலக்க ணந்தான்
துய்பதுஞ் சாத்திய சாத்தியம்
நிரந்தர மாகக் காண
நேரினை யறிந்தி டாயே! 308

சுரம், தொந்த சுரங்கள், அதிசாரம், சன்னி பாத சுரங்களும், குணமாவதற்குச் சாத்தியங்கள் உண்டு.

நடுநிலை நிதானமும் நரசி கிச்சையுங்
கொடிபடு வியாதியுங் குணமுங் கூறினோம்
விடுதலை மருந்தான் விளம்பக் கூட்டிட
வடுவுள் சாத்திரம் வாய்ப்பக் கேண்மினோ! 309

நடுநிலையான நிதானமும், சிகிச்சையும், கொடுமையான வியாதிகளும் குறிகுணமும் கூறினோம். விடுதலைக்கு மருந்து விளம்புகிறேன். நன்னெறி புகட்டும் சாத்திரத்தை வாய்ப்பக் கேட்பீராக.

பின்னிணைப்பு

சொல்லகராதி

இந்திய மருத்துவம் ஓமியோபதித் துறை நூலகங்களில் விற்பனையாகும் நூல்களின் விலை விவரப்பட்டியல்

வ. எண்.	நூல்களின் பெயர்	எடை (கிராமில்)	விலை ரூ. பை.
1.	குணபாடம் - மூலிகை	800	300.00
2.	குணபாடம் - தாது சீவ வகுப்பு	800	250.00
3.	நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம் - பாகம் 1	700	200.00
4.	நோய்களுக்குச் சித்த பரிகாரம் - பாகம் 2	200	25.00
5.	நோய் நாடல் நோய் முதனாடல் திரட்டு - பாகம் 1	500	200.00
6.	நோய் நாடல் நோய் முதனாடல் திரட்டு - பாகம் 2	800	250.00
7.	சிறப்பு மருத்துவம்	500	220.00
8.	மகளிர் மருத்துவம்	450	160.00
9.	நோயில்லா நெறி	500	67.20
10.	சட்டம் சார்ந்த மருத்துவமும் நஞ்சு நூலும்	800	250.00
11.	சித்த வைத்திய திரட்டு	500	150.00
12.	சூல் மருத்துவம்	450	150.00
13.	அறுவை மருத்துவம்	500	150.00
14.	குழந்தை மருத்துவம்	800	210.00
15.	உடற்கூறு	1000	400.00
16.	நஞ்சு முறிவு நூல்	300	100.00
17.	உடல் தத்துவம்	450	75.15
18.	சித்த மருத்துவம் - பொது	800	250.00
19.	யூகி வைத்திய சிந்தாமணி	500	150.00
20.	தேரையர் யமக வெண்பா - பாகம் 1	300	80.00
21.	கடுக்காய் வல்லாரையின் தனி மாண்பு	500	29.00
22.	நல்வாழ்விற்கு ஓர் நல் மருத்துவம்	50	3.00
23.	பிணி உடல் தேர்வக ஆய்வு முறைகள்	50	30.30

வ. எண்.	நூல்களின் பெயர்	எடை (கிராமில்)	விலை ரூ. பை.
24.	தோற்றக் கிராம ஆராய்ச்சியும் சித்த மருத்துவ வரலாறும்	500	அச்சில்
25.	சித்த மருத்துவாங்கச் சுருக்கம்	800	300.00
	Siddha Medical Books in English		
1.	A Compendium of Siddha Doctrine	500	200.00
2.	Introduction to Siddha Medicine	50	11.35
3.	Simple Home Remedies	50	2.70
4.	Hospital Siddha Pharmacopoeia in Indian Medicine	250	39.00
5.	History of Siddha Medicine	800	159.00
6.	Siddha Science of Longevity and Kalpa Medicine	250	25.00
7.	Siddha Toxicology	500	44.00
8.	Siddha Principles of Social & Preventive Medicine	500	66.00
9.	Siddha Materia Medica Mineral & Animal Kingdom		250.00
10.	Speciality Medicines and Treatment in Siddha	...	அச்சில்
11.	Therayar Maha Karisal	...	அச்சில்
12.	Treatment of Diseases in Siddha Part - I	...	அச்சில்
13.	Anuboga Vaidya Navaneetham	...	அச்சில்
	Siddha Medical Dictionary		
1.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. I	2500	623.00
2.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. II - Part I	500	300.00
3.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. II - Part II	450	200.00
4.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. III	650	81.00
5.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. IV - Part I	800	156.00

வ. எண்.	நூல்களின் பெயர்	எடை (கிராமில்)	விலை ரூ. பை.
6.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. IV - Part II	800	151.50
7.	T.V. Sambasivam Pillai - Vol. V	1200	480.00
	ஆயுர்வேத நூல்கள் (தமிழில்)		
1.	சரக சம்ஹிதை பாகம் - 1	...	அச்சில்
2.	சரக சம்ஹிதை பாகம் - 2	1400	253.65
3.	சரக சம்ஹிதை பாகம் - 3	1700	380.00
4.	சுசுருத சம்ஹிதை - பாகம் - 1	1500	390.00
5.	சுசுருத சம்ஹிதை - பாகம் - 2	1400	272.00
	தமிழ் மருத்துவ நூல் வெளியீட்டு வரிசை		
1.	கைமுறை வைத்தியம்	...	...
2.	அகத்தியர் ஒடிவு முறிவு சாரி நிகண்டகராதி	400	80.00
3.	பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம் - பாகம் 1	500	78.25
4.	சித்த மருத்துவ அகராதி - பாகம் 1	...	...
5.	பிள்ளைப்பிணி மருத்துவம் - பாகம் 2	800	250.00
6.	வர்மத் தொகுப்பு	700	150.00
7.	பதார்த்த குண சிந்தாமணி	700	150.00
8.	சரக்கு - சுத்தி செய்முறைகள்	...	
9.	மருந்து செய்முறைகள்	...	அச்சில்
10.	புலிப்பாணி வைத்தியம்	...	30.00
11.	நோயும் மருந்தும்	...	35.00
12.	சித்த மருத்துவ சிந்தாமணி	...	அச்சில்
13.	அரிய சித்த மருத்துவ முறைகள்	...	60.00
14.	மூலிகை விளக்கம்	...	
15.	அகத்தியர் மருத்துவம்	...	அச்சில்
16.	அகத்தீசர் வைத்திய சிந்தாமணி	...	அச்சில்
17.	சித்த மருத்துவ அகராதி-பாகம் 2 (Negatives) (க-கௌ)	...	65.00
18.	சித்த மருத்துவ அகராதி-பாகம் 3 (Negatives) (ச-சௌ)	...	65.00

மேற்குறிப்பிடப்பட்ட நூல்களை நேரிலோ அல்லது பதிவுத் தபாலிலோ பெற்றுக் கொள்ளலாம். பதிவுத் தபாலில் புத்தகங்கள் வேண்டுவோர் புத்தகங்களின் விலையோடு தபால் கட்டணத்தையும் சேர்த்து பண விடை (எம்.ஓ.) அல்லது டி.டி. மூலம் அனுப்ப வேண்டும். வி.பி.பி.யில் அனுப்ப இயலாது. 2 கிலோவுக்கு மேல் எடையுள்ள புத்தகங்கள் தபாலில் அனுப்ப இயலாது.

தபால் கட்டணம்

முதல் 500 கிராமுக்குள் - ரூ. 36.00

500 கிராமுக்கு மேல் ஒவ்வொரு 50 கிராமுக்கும் - ரூ. 16.00

பணம் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

1. இயக்குநர்
   இந்திய மருத்துவம் - ஓமியோபதித்துறை
   அரும்பாக்கம், சென்னை - 600 106.
   தொலைபேசி : 044 - 2621 4844 / 26216244 / 26281563

2. முதல்வர்
   அரசினர் சித்த மருத்துவக் கல்லூரி
   பாளையங்கோட்டை
   திருநெல்வேலி - 627 002.
   தொலைபேசி : 0462 - 2572736 / 2572737 / 2572738

